134
B11
v.1-5

UNIVERSITY OF ILLINOIS
LIBRARY

Class 134 Book B11 Volume 1-5

Mr10-20M

The person charging this material is responsible for its return on or before the **Latest Date** stamped below.

Theft, mutilation, and underlining of books are reasons for disciplinary action and may result in dismissal from the University.

University of Illinois Library

NOV 10 1993

MAR 10 1993

L161— O-1096

Neue Probleme
Herausgeber: Edwin Bab

Hypnotismus und Ehe

Von

Edwin Bab

Dem Herrn wurde in der Hypnose suggeriert, die Dame dufte nach Rosen.

Dem Herrn wurde jetzt suggeriert, die Dame hätte Knoblauchsgeruch an sich.

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW, Flensburgerstraße, Bogen 412

Vorwort

Die Sammlung „Neue Probleme“ soll sich, wie ihr Name besagt, mit der Erörterung solcher Fragen befassen, welche in der Gegenwart aufgetaucht sind und das Interesse weiter Kreise der Gebildeten in Anspruch nehmen. Die Darstellung soll eine „populäre“ im besten Sinne des Wortes sein, das heißt: möglichst jedem Gebildeten verständlich, darum aber nicht unwissenschaftlich und auch für den Fachmann lesbar.

Die ersten Bände werden einigen Problemen gewidmet sein, die zu dem Hypnotismus in Beziehung stehen. Gerade dieser steht gegenwärtig im Vordergrunde des allgemeinen Interesses, ohne daß dem Publikum geeignetes Material zur Verfügung stände, mittels dessen es sich die wünschenswerten Kenntnisse über ihn verschaffen könnte. Die nicht streng wissenschaftliche Literatur über den Gegenstand wimmelt von unsinnigen Phantastereien und wird obendrein meist mit einer pomphaften, verwirrenden, nur selten dem Gebotenen entsprechenden Reklame (besonders von Amerika aus) in die Welt gesetzt, während die wissenschaftlichen Lehrbücher (ich erwähne in erster Reihe die von Bernheim, Forel und Albert Moll) dem Laien unzugänglich bleiben — übrigens vielleicht mehr noch als wegen ihrer Darstellungsweise wegen ihres beträchtlichen Umfanges und infolgedessen verhältnismäßig hohen Preises.

Mein Schriftchen „Der perfekte Hypnotiseur“ (Verlag W. Pilz, Berlin NO 18) war wohl das erste, das ohne dem Nichtmediziner unverständlich zu sein, bei geringem Preise in wissenschaftlich einwandfreier Form den Hypnotismus behandelt. Auf manche Spezialfrage aber konnte die kleine Schrift nur andeutungsweise eingehen, wenn sie ihren geringen Umfang nicht überschreiten sollte. Hier, in der vorliegenden Sammlung soll diesen Fragen in Einzeldarstellungen näher getreten werden. Mögen sie, zu ihrem Teile, mitarbeiten an der Belehrung und am Wohlergehen der Menschheit.

Berlin im Juli 1906.

Edwin Bab, cand. med.

Neue Probleme
Herausgeber: Edwin Bab

1

Hypnotismus und Ehe

Von

Edwin Bab
cand. med.

3. Auflage

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW, Flensburgerstraße, Bogen 412

Inhalt

		Seite
1.	Das Wesen der Ehe	3
2.	Die Fehler der modernen Ehe	8
3.	Unglückliche Ehen	11
4.	Der Hypnotismus als Stifter und Erhalter des Eheglückes	13
5.	Der Ehebruch und seine Verhütung durch hypnotische Suggestion	22
6.	Schlußwort	23

Nachdruck verboten — Alle Rechte vorbehalten

Druck von E. Grüner, Bernau

I

Das Wesen der Ehe

Die Form, in der heute der Verkehr der Geschlechter von Sitte und Gesetz bei den abendländischen Kulturvölkern geduldet und anerkannt wird, ist die Einehe. Ein Mann heiratet ein Weib, mit ihr allein soll er verbunden bleiben, bis der Tod eines Teiles die Ehe trennt. Jede geschlechtliche Handlung vor oder außer der Ehe ist von der Volksanschauung, zum Teil auch vom Gesetze verpönt. Eine Scheidung der einmal geschlossenen Ehe ist nur in seltenen Ausnahmefällen gestattet, wenigstens in dem uns in erster Linie angehenden Deutschen Reiche.

Ob die Einehe und die durch sie bedingte moderne Form der Familie wirklich ein Ideal darstellt, ob sie nicht vielleicht früher oder später eine Reform an Haupt und Gliedern erfahren muß, diese Frage möge hier unerörtert bleiben. Hier sollen nur die Schäden der modernen Ehe einer Besprechung unterworfen werden, damit wir in die Lage kommen, ein geeignetes Heilmittel für diese Schäden aufzufinden.

Vorher erscheint es aber notwendig, uns darüber klar zu werden, wie die moderne Ehe denn sein sollte. Welches ihre Zwecke sind. Auf welche

166990

menschlichen Gefühle und Empfindungen sie sich gründet oder wenigstens gründen soll. —

Der Zweck der Ehe ist in erster Linie die Gründung einer Familie, das heißt die Zeugung und systematische Erziehung von Kindern. Die Aufgabe des Vaters und Ehemannes ist es, den Unterhalt der Familie durch seine Berufstätigkeit zu erwerben, der Mutter und Hausfrau steht die innere Verwaltung des Heimes zu, ihre Aufgabe ist auch die erste Erziehung der Kinder. Die Verteilung der Ehepflichten ist derart, wie Schiller sie im Liede von der Glocke uns schildert:

Der Mann muß hinaus
Ins feindliche Leben,
Muß wirken und streben
Und pflanzen und schaffen,
Erlisten, erraffen,
Muß wetten und wagen,
Das Glück zu erjagen.
Da strömet herbei die unendliche Gabe,
Es füllt sich der Speicher mit köstlicher Habe.
Die Räume wachsen, es dehnt sich das Haus.
Und drinnen waltet
Die züchtige Hausfrau,
Die Mutter der Kinder,
Und herrschet weise
Im häuslichen Kreise
Und lehret die Mädchen
Und wehret den Knaben
Und reget ohn Ende
Die fleißigen Hände
Und mehrt den Gewinn
Mit ordnendem Sinn
Und füllet mit Schätzen die duftenden Laden
Und dreht um die schnurrende Spindel den Faden

Und sammelt im reinlich geglätteten Schrein
Die schimmernde Wolle, den schneeigten Lein
Und füget zum Guten den Glanz und den Schimmer
Und ruhet nimmer.

Ein solch vorbildliches Familienleben werden wir freilich sehr selten in der Wirklichkeit antreffen= schon deshalb nicht, weil die soziale Not so oft dazu zwingt, daß auch die Frau und Mutter Be= rufsarbeit leistet, weil der Erwerb des Vaters zur Erhaltung des Hausstandes so selten ein aus reichender ist. Wird es obendrein noch notwendig auch die Kinder, womöglich im zartesten Alter, hinauszuschicken und auch sie ums tägliche Brot arbeiten zu lassen, so kann kaum noch von einem Familienleben die Rede sein. Diese bedauerlichen Zustände werden allerdings erst dann besser werden, wenn es gelungen sein wird, für die Hebung der sozialen Lage der armen Bevölkerung zu sorgen.

Wenn wir nun auch die Gründung der Familie in erster Linie als den Zweck der Ehe bezeichnet haben, so darf man darum doch nicht etwa eine kinderlose Ehe für völlig zwecklos halten. Denn sicherlich ist die Ehe nicht nur der Kinder wegen da, sondern auch im hohen Maße um der Ehegatten selbst willen. Kameraden sollen sie ein= ander sein im Kampfe des Lebens, einander helfend und fördernd in ihrer Arbeit, jeder gemäß seiner Natur hinstrebend zum gleichen Ziele. Freundin und Mitwisserin des Mannes soll die Frau sein Wehe dem Manne, der seine Frau als Spielzeug behandelt, der seinen Hausstand zu einem „Puppen= heim" macht. Ibsen hat uns in seiner „Nora" ein warnendes Beispiel solcher Ehe vor Augen gestellt!

Ganz gewiß ist auch die Ehe nicht nur zur Befriedigung der Sinnlichkeit der beiden Ehegatten da. Eine Ehe, in der sich Mann und Frau nichts sind als Vergnügungsapparate, in der nach wenigen Wochen beide Teile sich nichts mehr zu sagen haben, wird stets die Liebe, die die Ehe schloß, früher oder später in Haß verwandeln. Ist die Leidenschaft erloschen — und das ist sie naturnotwendig in wenigen Monaten oder allerlängstens wenigen Jahren — erwacht vielleicht gar in einem der Ehegatten die Leidenschaft zu einem anderen Manne oder Weibe, so müssen sich die durch das Band der Ehe an einander gefesselten Menschen tötlich hassen, ja, es wird früher oder später dahin kommen, daß keiner einen sehnlicheren Wunsch hat, als den Tod des anderen. Das ist der Zustand, den uns Hans Bethge schildert:*)

„Der eine fängt an, das Wesen des andern heimlich zu bedauern, woran er bis dahin niemals dachte, und findet plötzlich, daß die Bewegungen des andern häßlich sind, seelenlos; und seine Worte rauh, unrein, und ihr Inhalt plump. Er schilt sich einen Narren, daß er dies alles früher nie bemerkte. Er möchte den andern schlagen für jede seiner häßlichen Bewegungen, für jedes seiner kindischen Worte. Er möchte ihn schimpfen mit ganz gewöhnlichen Worten, aber er schweigt und beißt die Zähne zusammen. Er ist gereizt bis aufs Blut, er möchte weinen wie ein Kind und weiß nicht, was er will und was er empfindet. Nur dies eine weiß er: daß er unglücklich ist — durch den andern."

Man hüte sich deshalb, eine ausschließlich sinnliche Leidenschaft mit der Liebe zu

*) „Unter den Sternen." Ein Dialog von Hans Bethge. Im Juliheft 1903 des „Eigenen". Verlag Brand und Lincke, Charlottenburg 4.

verwechseln, welche allein zur Eheschließung berechtigt.

„Die Leidenschaft flieht,
Die Liebe muß bleiben."

Aber ebensowenig schließe man eine Ehe aus reinen Vernunfterwägungen hinaus, selbst wenn diese Vernunfterwägungen anderer als rein pekuniärer Natur sind. Vor allen Dingen müssen sich die beiden Menschen genau kennen, welche mit einander eine Ehe schließen sollen. Alle Kenntnis, die ihre Angehörigen vom Charakter der beiden haben, gibt noch keine Auskunft darüber, ob zwischen den Gatten eine körperliche Neigung bestehen kann. So wenig Leidenschaft allein eine genügende Grundlage für die Ehe abgibt, so wenig kann die Neigung entbehrt werden, und selbst die innigste Freundschaft zwischen Mann und Weib ist noch längst keine Ehe.

Die Ehe ist also ein Band der Körper und der Seelen. Das vergesse man nie. Eine Ehe, in der die Begierden der Körper vernächlässigt wurden, ist keine Ehe, eine Ehe, die auf Harmonie der Seelen verzichtet, ist es auch nicht.

Zweck der Ehe ist zwar in erster Linie, wie ausgeführt, die Gründung der Familie. Eine echte und rechte Ehe aber — ein Band der Körper und der Seelen — ist auch da noch ein Segen für beide Gatten, wo ihnen das Elternglück versagt geblieben ist.

II

Die Fehler der modernen Ehe

Ob die glückliche Ehe, die uns von Schiller im „Liede von der Glocke" geschildert wird, stets und zu allen Zeiten zu den Ausnahmen gehören muß, das bleibe dahingestellt; daß wir sie aber heutzutage nur ganz selten in der Wirklichkeit antreffen, das unterliegt keinem Zweifel. Und in den allermeisten Fällen ist die grundverkehrte Art, wie die Ehe geschlossen wurde, schuld daran.

Von wenigen Ausnahmen abgesehen, sind die modernen Ehen Vernunftehen oder Leidenschaftsehen.

Die Gefahren der Ehen, welche auf Grund einer ausschließlich sinnlichen Leidenschaft geschlossen werden, haben wir bereits kennen gelernt.

Die Vernunftehe, die man richtiger ganz allgemein als „Unvernunftehe" bezeichnen kann, ist vielleicht noch bedenklicher. Waren bei ihr, wie es heutzutage so oft der Fall ist, materielle Gründe ausschlaggebend, so wird meistenteils hinterher die körperliche Zuneigung fehlen, und, außer anderem Unglück, wird früher oder später der Ehebruch eines oder beider Teile den Frieden des Hauses vergiften.

Die sozialen Verhältnisse der Gegenwart machen es dem geschlechtsreifen Jünglinge von einundzwanzig Jahren (vorher lassen die deutschen Gesetze für den jungen Mann eine Eheschließung überhaupt nicht zu) so gut wie unmöglich, eine Familie zu erhalten. Er müßte sich deshalb, wollte er so jung schon heiraten, eine reiche Frau erwählen. Die Eltern eines wohlhabenden Mädchens pflegen aber wieder von ihrem Schwiegersohn zu verlangen, daß er — gewissermaßen als Gegengabe für die Mitgift — über einen Titel oder eine bedeutende Stellung verfügt, und das kann der junge Mann höchstens, wenn es sich um einen Adelstitel handelt.

So wird denn der junge Mann vor das „sexuelle Problem" gestellt: da ein sogenanntes „keusches", das heißt geschlechtlich enthaltsames Leben nur von wenigen, besonders willensstarken jungen Leuten geführt werden kann — es bleibe hier ganz dahingestellt, ob die Keuschheit überhaupt als sittliches oder gesundheitliches Ideal angesehen werden darf — so verfällt er der Prostitution oder der Onanie oder er bringt gar ein anständiges Mädchen auf die abschüssige Bahn, welche schließlich zum Dirnentum hinführt.*) Der Verkehr mit Prostituierten muß geradezu als ein Verbrechen bezeichnet werden. Ein Heer ansteckender Krankheiten

*) Vergleiche über diese Frage mein Schriftchen „Frauenbewegung und Freundesliebe", Versuch einer Lösung des geschlechtlichen Problems. Preis 50 Pf. Zu beziehen durch Hugo Schildberger, Berlin NW 23, Flensburger Straße 412.

lauert im Sumpfe dieses Dirnentums, die der Jüngling später als Ehemann womöglich auf Frau und Kinder überträgt, während er auch vor der Ehe eine Gefahr für seine gesamte Umgebung ist.

Heiratet er dann später — nachdem er sich „ausgetobt" hat, wie man in widerwärtiger Weise zu sagen pflegt, — so ist seine Jugendkraft dahin, die Kraft zu einer Leidenschaft hat er im Sumpfe der Prostitution verloren, vielleicht aber beglückt er Frau und Kinder mit einer jener häßlichen Seuchen, die er in diesem Sumpfe erworben hat. Die Frau besonders ist dadurch oft durch lebenslanges Siechtum um jedes Lebensglück und jede Lebensfreude betrogen, Kindersegen ist ihr oftmals versagt oder verseuchte und lebensunfähige Kinder gehen aus derartigen „Vernunftehen" hervor.

Der einzige Schutz des jungen Mädchens gegen solches „Eheglück" liegt darin, daß sie ihren künftigen Gatten genau schon vor der Hochzeit kennen lernt, sich auch über sexuelle Fragen mit ihm ausspricht. Wie darf sie das aber? Das junge Mädchen von heute soll ja überhaupt nicht wissen, daß es zweierlei Menschen gibt! Da dürfen sich aber die Eltern, die ihre Tochter künstlich in Unwissenheit großgezogen und erhalten haben, nicht wundern, wenn nachher die Folgen dieser „Unschuld" so traurige sind, und sicherlich ist dann der Mann nicht der allein schuldige Teil!

Das unsinnige Vorurteil, daß man die Kinder, besonders aber die jungen Mädchen, in Unkenntnis über alles Geschlechtliche lassen müsse, hat schon zahllose, tiefbetrübende Opfer gefordert und wird sie weiter fordern, bis die Menschen sich darüber

klar werden, welches Verschulden sie durch so verkehrte Erziehungsweisen auf sich laden. Von dem vorher Erörterten abgesehen, gibt es auch Frauen, welche zur Ehe überhaupt nicht geeignet sind, da sie vor der geschlechtlichen Gemeinschaft einen unüberwindlichen Abscheu haben. Selbstmorde in der Hochzeitsnacht sind vorgekommen. Stets handelt es sich um Frauen, welche in keiner Weise über das Wese nder ehelichen Pflicht aufgeklärt worden waren.

* * *

Die hier gegebene Uebersicht ist in keiner Weise erschöpfend. Und doch zeigt sie in erschreckendem Maße, wie unsere moderne Art der Eheschließung, insbesondere die „Vernunftehe", notwendig dahin führt, daß glückliche Ehen so selten angetroffen werden.

III

Unglückliche Ehen

Eine Ehe kann nun auch vielleicht erst nach kürzerem oder längerem Bestehen zu einer unglücklichen werden. Das Erlöschen der Leidenschaft kann dabei eine Rolle spielen, — vielleicht auch das Erwachen der Leidenschaft eines Teiles zu einem anderen Manne oder Weibe. Kinderlosigkeit kann das Glück manchen Ehen trüben. Oder es bilden sich schroffe Meinungsverschiedenheiten heraus zwischen Mann und Weib.

Nicht selten stört ferner Krankheit oder körperliche Entstellung eines Ehegatten das Glück der Familie. Ein Unfall führt zum Verlust eines Auges oder Ohres, vielleicht auch nur der Gesichtsfarbe, oder ein ähnliches Mißgeschick trifft Mann oder Frau. Es gibt Menschen, die bei aller Liebe für einander über so etwas nicht hinwegzukommen vermögen.

Die Trennung der Ehe ist bei uns auf das höchste erschwert, besonders seit der Einführung des bürgerlichen Gesetzbuches (1900). Haben zwei Menschen also einmal in verzeihlichem jugendlichem Irrtume einen Fehler begangen, so sollen sie an dessen Folgen unwiderruflich ihr ganzes Leben lang zu tragen haben; — es sei denn, daß einer von ihnen einen Ehebruch begeht. Dieser wird dann bei der Ehescheidung für den schuldigen Teil erklärt, die Kinder — wenn solche vorhanden — werden ihm abgesprochen, ein Makel lastet auf ihm für alle Zukunft, ganz abgesehen davon, daß er auch noch strafgesetzlich verfolgt werden kann.

Eine andere Abhilfe, ein anderes Mittel, zwei Menschen das Lebensglück zurückzugeben, das sie durch ihre Eheschließung oder in der Ehe verloren haben, wird es nur selten geben können. Man sage nicht, die beiden hätten's sich vorher gehörig überlegen sollen. Vor uns haben wir ein paar unglückliche Menschen, ihnen gilt es zu helfen. Auch dürfen wir nie vergessen, daß bei unüberlegten Eheschließungen der größere Teil der Schuld auf das System oder auf die Angehörigen oder auf die sozialen Zustände fällt.

Und wie sieht es gar in den Fällen aus, wo

sich erst in der Ehe die Abneigung der beiden Gatten entwickelte? Und durch irgend eine Entstellung oder dergleichen ein rein physischer Widerwille des einen gegen den andern entstand? Hier hätten wir alle Ursache, zufrieden zu sein, wenn uns ein Heilmittel gegen solche Abneigung gegeben würde, zumal vielleicht die beiden Menschen sich herzlich gut sind und um so mehr leiden, je weniger sie über die körperliche Antipathie Herren zu werden vermögen.

Ein solches Heilmittel ist in vielen Fällen die hypnotische Suggestion.

IV

Der Hypnotismus als Stifter und Erhalter des Eheglückes

Der Hypnotismus, jahrzehntelang von den Fachgelehrten verachtet, von kenntnislosen Anhängern umgekehrt als Allheilmittel gerühmt, wird heute endlich ganz allgemein von der Wissenschaft anerkannt, wenn er auch einen Teil der Gloriole hat abgeben müssen, mit der man ihn einst zu Unrecht umkränzte. Doch gibt es noch viele Anwendungsgebiete, wo man ihn noch längst nicht seiner Bedeutung entsprechend gewürdigt hat.

Im Eheleben wird er noch eine große Rolle zu spielen haben, denn manche unglückliche Ehe vermag er allein wieder glücklich zu gestalten.

Ausführliches über das Wesen des Hypnotismus und der Suggestion findet man in den einschlägigen

Lehrbüchern.*) Hier sei in Kürze nur soviel gesagt. Es kommt vor, daß Schlafende, wenn man sie vorsichtig anredet, aus dem Schlafe antworten, ohne wach zu werden. Dabei zeigen sie sich denn vielfach von einer ganz besonderen Leichtgläubigkeit gegenüber demjenigen, der mit ihnen spricht. Man nennt diesen Schlafzustand „Hypnose", denjenigen, der sich mit einem in der Hypnose befindlichen Menschen unterhält, einen „Hypnotiseur". Wenn man einen Menschen mittels irgendwelcher einschläfernder Mittel langsam in Schlaf bringt,**) (also nicht durch die schnell und gewaltsam wirkenden chemischen Schlafmittel Chloroform, Aether, Morphium ꝛc.) was übrigens nur mit dessen Einwilligung geschehen kann, so wird der Schlaf fast stets — freilich nicht immer — den Charakter der Hypnose annehmen. Manche Leute können trotz des besten Willens nicht in Hypnose kommen. Die Anwendung des Hypnotismus ist deshalb notwendigerweise auf einen — wenn auch großen — Teil der Menschen beschränkt.

Die Leichtgläubigkeit des Schlafenden, seine geringere Kritikfähigkeit, ermöglichen es, ihm leichter als dies im Wachen geschehen könnte, mit Erfolg Suggestionen zu erteilen. Eine Suggestion

*) Vom Verfasser dieser Schrift erschien: „Der perfekte Hypnotiseur". Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18. Preis 1 Mark. Zu beziehen durch jede Buchhandlung.

**) Die in Frage kommenden Mittel sind aufgezählt in meiner Schrift „Der perfekte Hypnotiseur" in dem Kapitel „Das Einschläfern (Hypnotisieren)". Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18.

ist nichts anderes als eine ohne Begründung ausgesprochene Behauptung, Bitte, Wunsch oder Befehl. Eine Suggestion wird umso leichter angenommen werden, je wahrscheinlicher sie ist, je weniger kritikfähig derjenige ist, dem man sie erteilt, und je mehr Autorität der besitzt, der sie ausspricht.

Im Schlafe ist stets die Kritikfähigkeit herabgesetzt, und zwar um so mehr, je tiefer der Schlaf ist. In der Hypnose speziell besitzt der Hypnotiseur bei dem Schläfer besondere Autorität. Hinzu kommt noch, daß sich im Schlafe die Vorstellungen langsamer abwickeln als im Wachen, so daß jede einzelne länger im Bewußtsein verweilt und deshalb intensiver wirkt, als dies im Wachen der Fall wäre. Kurz, wir dürfen den besten Erfolg unserer Suggestionen erwarten.

Man glaube nun ja nicht etwa — und im großen Publikum wird gerade dieser Unsinn besonders hartnäckig geglaubt — der Schläfer sei willenloses Werkzeug in den Händen des Hypnotiseurs. Der Schläfer führt durchaus nur ihm sympathische oder mindestens gleichgiltige Suggestionen aus. Seine Kritikfähigkeit ist ja selbst im allertiefsten Schlafe nur herabgesetzt, aber nicht aufgehoben. *Unsympathische, ihm physisch oder sittlich widerwärtige Handlungen führt er niemals aus*, und wenn man sie ihm auch noch so oft und eindringlich suggeriert. Man kann sagen: alles, was der Schläfer tut, tut er dem Hypnotiseur zum Gefallen.

Ja, dann hat doch aber die ganze Hypnose keinen Wert! wird mancher vorschnell sagen. Freilich hat sie keinen Wert für den, der sich einen anderen

Menschen unterwürfig machen will. Solchen Mißbrauch, wie ihn in Du Mauriers's Roman „Trilby"*) Svengali mit Trilby treibt, solchen Mißbrauch kann man mit Hilfe der Hypnose in Wirklichkeit niemals treiben. Könnte man es, so wäre das ein sehr zweifelhafter Wert des Hypnotismus. Sein Wert besteht eben darin, daß der Schläfer jetzt vieles kann, was er vorher wohl wollte, aber nicht konnte. Der Hypnotiseur oder die Hypnose schwächen eben nicht den Willen eines Menschen, wie man vielfach fälschlich glaubt, vielmehr stärkt ihn der Hypnotiseur durch geeignete Suggestionen, bis er zu Leistungen befähigt wird, denen er vorher nicht gewachsen war.

Im Spezialfalle der Ehe, der uns hier interessiert, kann man natürlich keinen Menschen durch hypnotische Suggestionen dahin bringen, daß er einen anderen liebt. Wo aber trotz bestehender seelischer Sympathie und Harmonie eine körperliche Abneigung zum Beispiel des Mannes gegen die Frau eingetreten ist, die der Mann lebensgerne überwinden möchte und doch nicht überwinden kann, da kann die hypnotische Suggestion wahre Wunder wirken.

Voraussetzung ist, daß es gelingt, den Mann in Hypnose zu versetzen, und zwar in Tiefschlaf. Der Tiefschlaf**) ist dadurch charakterisiert, daß der Schläfer zunächst ohne Erinnerungen an die Vorgänge im Schlafe erwacht, — die Erinnerung kehrt

*) Deutsch von Margarethe Jacobi. Verlag von Robert Lutz, Stuttgart.

**) Vergleiche meine Schrift „Der perfekte Hypnotiseur" über die Stadien der Hypnose.

allerdings später wieder. Nur im Tiefschlafe lassen sich Sinnestäuschungen hervorrufen. Man unterscheidet zwischen Illusionen und Halluzinationen. Eine Illusion besteht darin, daß eine wirklich gemachte Sinneswahrnehmung von uns falsch gedeutet wird. Eine Illusion liegt also zum Beispiel dann vor, wenn wir in der Nacht den weiß schimmernden Ofen für eine weißgekleidete menschliche Gestalt ansehen oder bei einem Abendspaziergange durch unsere märkischen Kieferwaldungen die Wachholderbüsche für Menschen halten. Von einer Halluzination dagegen sprechen wir dann, wenn wir entweder etwas wahrnehmen, was garnicht vorhanden ist — positive Halluzination — oder außerstande sind, etwas wahrzunehmen, was sich unseren gesunden Sinnen förmlich aufdrängt — negative Halluzination. Illusionen sind, wie die angeführten Beispiele zeigen, eine ziemlich alltägliche Erscheinung, Halluzinationen dagegen, die im wachen Zustande auftreten, stets ein Zeichen schwerer Krankheit. (Der Säuferwahnsinn — Delirium tremens — ist durch das Auftreten von Halluzinationen charakterisiert; die Kranken sehen sich fortwährend von Mäusen und anderem Ungeziefer umgeben.) Im Schlafe aber besteht unser Vorstellungsleben, das wir als „Traum" bezeichnen, fast ausschließlich aus Halluzinationen, die wir in der Hypnose, wenn sie nur tief genug ist, durch unsere Suggestionen herbeiführen und beeinflussen können.

Wie werden wir nun in unserem Falle vorgehen?

Wir suchen zunächst den Grund der körperlichen Abneigung festzustellen. Nehmen wir einmal an, das Störende sei eine häßliche große Warze, die im Gesicht der Frau kürzlich gewachsen ist. Wir geben dann im Tiefschlafe dem Manne die Suggestion, er könne nichts von dieser Warze wahrnehmen — wir führen also eine negative Halluzination herbei — und fügen hinzu, er werde auch nicht daran denken, daß die Warze vorhanden gewesen sei. Gerade das ist sehr wichtig, denn der Gedanke an das frühere Vorhandensein wirkt meist ebenso abstoßend wie die Warze selbst, weshalb die operative Entfernung der Warze allein meist wenig helfen würde.

In einem anderem Falle gehe die Wirkung von Sommersprossen aus. Unser Verfahren wird ein im Prinzipe ähnliches sein.

In einem anderen Falle leide der Mann an einem unangenehmen Geruche aus dem Munde. Diesem Uebel ist manchmal (etwa beim Vorhandensein eines Magenleidens) schwer abzuhelfen. Dann führen wir im Tiefschlafe eine Geruchsillusion herbei und lassen den Atem des Mannes für die Frau angenehm duften: nach Rosen, nach Veichen, nach Lavendel oder sonst irgendwie, je nach dem, welchen Duft die Frau bevorzugt.

Wie oft derartige Suggestionen gegeben werden müssen, hängt natürlich davon ab, für wie lange Zeit sie in jedem Falle wirksam sind, was stets erst ausprobiert werden muß.

In ähnlicher Weise kann nun stets vorgegangen werden, wenn das abstoßende Moment sich erst nach der Eheschließung bemerkbar macht. Dabei

muß man natürlich stets Wert darauf legen, daß auch dieses abstoßende Moment selbst möglichst beseitigt wird. Bis dies geschehen, ist die hypnotische Kur fortzusetzen. Die Beseitigung allein genügt häufig nicht, weil die häßliche Erinnerung bleibt, und daß wir gerade die — wenigstens für einige Zeit, dauernd freilich nicht — aufheben können, darin liegt stets die eigentliche Wohltat des Hypnotismus in den hierher gehörigen Fällen.

Deshalb ist die hypnotische Suggestion auch anwendbar, wenn der Abscheu eines Ehegatten vor dem anderen darauf beruht, daß dieser — aus Leichtsinn oder Fahrlässigkeit vielleicht — irgend eine häßliche oder verächtliche Handlung begangen hat. Es ist zwar alles vergeben und vergessen worden, der Gedanke aber wirkt immer und immer wieder zurückhaltend und abstoßend und läßt Zärtlichkeiten nicht mehr zu. Die hypnotische Suggestion — die natürlich oft wiederholt werden muß — hebt die unangenehme Erinnerung solange auf, bis die beiden Menschen einander wieder völlig zurückgegeben worden sind.

Lasterhafte Angewohnheiten des Mannes oder der Frau — Trunksucht, übermäßiges Rauchen, Spielleidenschaft, Morphinismus oder ähnliches — können bekanntlich durch hypnotische Suggestion direkt geheilt oder abgewöhnt werden*), vorausgesetzt, daß der Betreffende davon befreit werden will.

*) Vergleiche darüber meine Schriften „Der perfekte Hypnotiseur“ und „Hypnotismus und Willenskraft“ (Verlag von Hugo Schildberger, Berlin NW 23, Preis 50 Pfg.)

Bestand nun aber der Abscheu des Gatten schon vor der Eheschließung, so wird auch die hypnotische Suggestion nur in verhältnismäßig wenigen Fällen zu helfen vermögen. Hindert eine ältere Leidenschaft eines Gatten das Eheglück, so wird man ihn diese — was nur mit seiner Einwilligung möglich ist — vergessen zu machen suchen. Stößt etwa der Körperduft eines Teiles den anderen ab — ein keineswegs seltener Fall, da der Geruchssinn im Liebesleben des Menschen eine große Rolle spielt, die noch lange nicht in ihrem vollen Umfange bekannt ist — so können wir hier durch eine Geruchsillusion wieder alles gut machen. Können wir doch einen und denselben Menschen für einen anderen bald angenehm und bald abstoßend duften lassen. Wie uns die Abbildung auf dem Umschlage zeigt, wird durch solche Geruchssuggestionen der Mensch, dem wir sie — im Tiefschlafe — geben, geradezu in seinem ganzen Wesen verwandelt.

Ein Hindernis des Eheglückes, daß erst in neuerer Zeit die erforderliche Beachtung findet, ist die „Homosexualität" des einen oder des anderen Teiles. Ein homosexueller Mann oder eine homosexuelle Frau fühlen sich in geschlechtlicher Beziehung ausschließlich zu Personen ihres eigenen Geschlechtes hingezogen, während sie von Angehörigen des andern nichts wissen wollen.*) Ist die

*) Ueber die Homosexualität vergleiche meine Schrift: „Die gleichgeschlechtliche Liebe". Verlag von Hugo Schildberger, Berlin NW 23. Preis 2 Mark. Ueber die Bedeutung des Hypnotismus für die Behandlung der Homosexuellen meine Schrift: „Hypnotismus und krankhafte Triebe", die im gleichen Verlage zum Preise von 1 Mark erschienen ist.

Homosexualität eine reine, so sind solche Menschen zur Ehe natürlich völlig ungeeignet. Trotzdem schließen sie vielfach eine Ehe, sei es aus Unkenntnis über ihre Veranlagung oder auch aus Unkenntnis über die Pflichten der Ehe, sei es als Opfer jener törichten Anschauung mancher Aerzte, die die Homosexualität für eine durch das Eheleben heilbare Krankheit halten. In solchen Fällen werden wir — soll ein Eheleben überhaupt möglich sein — dahin wirken müssen, daß der homosexuelle Gatte den andern zeitweilig für eine Person gleichen Geschlechtes hält, da andernfalls die Ausübung des Beischlafes für die homosexuelle Frau zu einer Tortur, für den homosexuellen Mann zur physischen Unmöglichkeit wird. Außerdem wird man natürlich einen homosexuellen Ehebruch möglichst zu verhindern suchen. Daß es des ferneren heilige Pflicht ist, in solchen Fällen den anderen Ehegatten über die Natur des Homosexuellen zu belehren und ihn zu aller erdenklichen Nachsicht zu ermahnen, bedarf wohl kaum der Erwähnung.

Die Neigung eines Ehegatten zu aktiver oder passiver Grausamkeit kann man auch nicht ausrotten, aber doch an ihrer Betätigung hindern. Man suggeriert Starre des Armes für den Fall, daß er schlagen oder sonst quälen will — wozu man übrigens nur oberflächlichen Schlaf gebraucht —, Aufhebung der Schmerzempfindung, für den Fall, daß er sich peinigen lassen will.*)

*) Näheres hierüber sowie über sonstige sogenannte „perverse" Neigungen findet der Leser in meiner Schrift „Hypnotismus und krankhafte Triebe". Verlag von Hugo Schildberger.

V

Der Ehebruch und seine Verhütung durch hypnotische Suggestion

Der Ehebruch gilt nicht nur für ehrenrührig, er ist in Deutschland nach § 172 des Reichsstrafgesetzbuches auch sogar strafbar. Es ist dies ein Gesetz, welches allerdings je eher, desto besser verschwinden sollte. Es darf nämlich nur auf Antrag des anderen Ehegatten angewandt werden, vorausgesetzt, daß die Ehe wegen des betreffenden Ehebruches geschieden wurde. Damit spornt man also die niedrigsten Instinkte förmlich an und gibt demjenigen, die meist durch die von ihm beantragte Scheidung den anderen Ehegatten schon hinreichend unglücklich gemacht haben wird, noch die Möglichkeit zu einer besonderen Rache.

Uns interessiert hier praktisch die Frage, wie wohl ein Ehebruch vermieden oder verhütet werden kann. Die Gefahr des Ehebruches ist natürlich am geringsten in einer glücklichen Ehe. Leider sind aber heutzutage die glücklichen Ehen so überaus spärlich gesät. Und auch in den glücklichsten Ehen mag es die besondere Neigung eines Gatten zu geschlechtlicher Abwechselung („polygame Veranlagung") die namentlich bei Männern häufig genug angetroffen wird, nicht allzu selten zum Bruche der Ehe kommen lassen.

In der hypnotischen Suggestion besitzen wir ein Mittel zur Verhütung des Ehe-

bruches für den Fall, daß der Mann in die Schlingen irgend einer unwürdigen Frauensperson gerät, aus denen er sich trotz besten Willens nicht loszuringen vermag, oder daß die Frau in ähnlicher Weise einem gewissenlosen Verführer zum Opfer zu fallen droht. Es gilt hier die Leidenschaft zu der betreffenden Person zum Erlöschen zu bringen. Das einfachste Mittel ist wieder eine Geruchsillusion. Wir lassen den Verführer oder die Verführerin nach Knoblauch, faulen Eiern oder sonst etwas recht Widerwärtiges duften, zaubern ihm oder ihr vielleicht Sommersprossen, Warzen oder ähnliches durch Erzeugung positiver Halluzinationen an, lassen die Haare rot und schmutzig erscheinen und dergleichen mehr. Die Leidenschaft schwindet, und das eheliche Glück ist wieder hergestellt.

VI

Schlußwort

So wenig, wie er überhaupt ein Allheilmittel ist, so wenig ist der Hypnotismus natürlich geeignet, sämtliche Krebsschäden, an welchen die Ehe, besonders die moderne Ehe, krankt, mit einem Schlage aus der Welt zu schaffen. Daran hinderlich ist ja allein schon die Tatsache, daß die Zahl der Personen, die man in hypnotischen Tiefschlaf versetzen kann, eine eingeschränkte ist. Hinzu kommt, daß seine Anwendung manchen Übeln gegenüber wertlos bleibt, namentlich solchen Übeln, die aus einer verkehrten Eheschließung hervorgegangen sind. Trotz-

dem aber ist sein Anwendungsgebiet, wie die Ausführungen dieses Schriftchens gezeigt haben dürften, immerhin noch recht groß, und in der Zukunft wird der Hypnotismus — auch durch die Rolle, die er in der Ehe zu spielen berufen ist — in hohem Maße dazu beitragen, das Familienleben und damit das Menschenleben überhaupt friedlicher und glücklicher zu gestalten.

Neue Probleme

Herausgeber: **Edwin Bab**

Bisher erschienen:

Hypnotismus und Ehe Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Kunst Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Nervosität Doppelheft – Preis 1 Mark

Im Druck sind:

Hypnotismus und schmerzlose Operationen
Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Willenskraft Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und krankhafte Triebe
Doppelheft — Preis 1 Mark

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW 23, Flensburgerstraße Bogen 412

Neue Probleme
Herausgeber: Edwin Bab

2

Hypnotismus
und
Kunst

Von

Edwin Bab
cand. med.

3. Auflage

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW, Flensburgerstraße, Bogen 412

Inhalt

		Seite
1.	Talent und Genie	3
2.	Genialität und Hypnose	6
3.	Hypnotismus und Tanzkunst	10
4.	Hypnotismus und Pantomime	12
5.	Hypnotismus und Schauspielkunst	13
6.	Hypnotismus und Tonkunst	14
7.	Hypnotismus und bildende Kunst	20
8.	Hypnotischer Schlaf und Dichtkunst	21
9.	Schlußwort	23

Nachdruck verboten — Alle Rechte vorbehalten

Druck von E. Grüner, Bernau

I

Talent und Genie

Über das Wesen des Genies ist unendlich viel Tinte verschrieben worden, zahllose Theorien hat man aufgestellt. Bald sah man in ihm die höchste Potenz des Talentes, bald stellte man es im Gegensatz zum Talente. Das Zutreffendste dürfte wohl der früh verstorbene Otto Weininger, selbst ein genialer Mensch allerersten Ranges, geschrieben haben. Er sagt*):

Die populäre Anschauung bringt Genie und Talent fast immer so in Verbindung, als wäre das erste ein höherer oder höchster Grad des letzteren, durch stärkste Potenzierung oder Häufung verschiedener Talente in einem Menschen aus jenem abzuleiten, als gäbe es zumindest vermittelnde Übergänge zwischen beiden. Diese Ansicht ist vollständig verkehrt. Wenn es auch vielerlei Grade und verschieden hohe Steigerungen der Genialität sicherlich gibt, so haben diese Stufen doch gar nichts zu tun mit dem sogenannten „Talent". Ein Talent, zum Beispiel das mathematische Talent, mag jemand von Geburt in außerordentlichem Grade besitzen; er wird dann die schwierigsten Kapitel dieser Wissenschaft mit leichter Mühe sich anzueignen imstande sein; aber von Genialität, was dasselbe ist wie Originalität, Individualität und Bedingung eigener Produktivität, braucht er darum noch nichts zu besitzen. Umgekehrt gibt es hochgeniale Menschen, die kein spezielles Talent in besonders hohem Grade entwickelt haben. Man denke an Novalis oder an Jean Paul. Das Genie ist also keineswegs ein höchster Superlativ des Talentes, es ist etwas von ihm durch eine ganze Welt Geschiedenes, beide durchaus heterogener Natur, nicht an einander zu messen und nicht miteinander zu vergleichen. Das Talent ist vererbbar, es kann Gemeingut einer Familie sein (die Bachs); das Genie ist nicht übertragbar, es ist nie generell, sondern stets individuell (Johann Sebastian).

Denken wir daran, um wieviel besser der große Dichter in die

*) In seiner berühmten Schrift „Geschlecht und Charakter" (Verlag von Wilhelm Braumüller, Wien und Leipzig), Teil II, Kapitel IV (Begabung und Genialität).

Menschen sich hineinversetzen kann als der Durchschnittsmensch. Man ermesse die außerordentliche Anzahl der Charaktere, die Shakespeare, die Euripides geschildert haben, und die ungeheure Mannigfaltigkeit der Personen, die in den Romanen Zolas auftreten. Heinrich von Kleist hat nach der Penthesilea ihr vollendetes Gegenteil, das Käthchen von Heilbronn, geschaffen. Michel Angelo die Leda und die delphische Sibylle aus seiner Phantasie heraus verkörpert. Es gibt wohl wenige Menschen, die so wenig darstellende Künstler waren wie Immanuel Kant und Joseph Schelling, und doch sind sie es, die über die Kunst das Tiefste und Wahrste geschrieben haben.

Um nun einen Menschen zu erkennen oder darzustellen, muß man ihn verstehen. Um aber einen Menschen zu verstehen muß man mit ihm Ähnlichkeit haben, man muß so sein wie er, um seine Handlungen nachzubilden und würdigen zu können, man muß die psychologischen Voraussetzungen, die sie in ihm machten, in sich selbst nachzuerzeugen vermögen: einen Menschen verstehen, heißt ihn in sich haben. Man muß dem Geist gleichen, den man begreifen will. Darum versteht ein Gauner nur immer gut den anderen Gauner, ein gänzlich harmloser Mensch wieder vermag nie jenen, stets nur eine ihm ebenbürtige Gutmütigkeit zu fassen; ein Poseur erklärt sich die Handlungen des anderen Menschen fast immer als Posen und vermag einen zweiten Poseur rascher zu durchschauen als der einfache Mensch, an den der Poseur seinerseits nie recht zu glauben imstande ist. Einen Menschen verstehen heißt also: er selbst sein.

Danach müßte aber jeder Mensch sich selbst am besten verstehen, und das ist gewiß nicht richtig. Kein Mensch kann sich selbst je verstehen, denn dazu müßte er aus sich selbst herausgehen, dazu müßte das Subjekt des Erkennens und Wollens Objekt werden können: ganz wie, um das Universum zu verstehen, ein Standpunkt noch außerhalb des Universums erforderlich wäre, und einen solchen zu gewinnen, ist nach dem Begriffe eines Universums nicht möglich. Wer sich selbst verstehen könnte, der könnte die Welt verstehen. Es gilt auch wirklich: man wird, wenn man überhaupt verstanden wird, immer nur von anderen, nie von sich selbst verstanden. Der andere nämlich, der mit dem ersten eine Ähnlichkeit hat und in anderer Beziehung doch gar nicht gleich ist, dem kann diese Ähnlichkeit zum Gegenstande der Betrachtung werden, er kann sich im anderen, oder den anderen in sich erkennen, darstellen, verstehen. Einen Menschen verstehen heißt also: auch er sein.

Der geniale Mensch aber offenbarte sich an jenen Beispielen

eben als der Mensch, welcher ungleich mehr Wesen versteht als der mittelmäßige. Goethe soll von sich gesagt haben, es gebe kein Laster und kein Verbrechen, zu dem er nicht die Anlage in sich verspürt, das er nicht in irgend einem Zeitpunkte seines Lebens vollauf verstanden habe. Der geniale Mensch ist also komplizierter, zusammengesetzter, reicher; ein Mensch ist um so genialer zu nennen, je mehr Menschen er in sich vereinigt, und zwar, wie hinzugefügt werden muß, je lebendiger, mit je größerer Intensität er die anderen Menschen in sich hat. Wenn das Verständnis des Nebenmenschen nur wie ein schwaches Stümpfchen in ihm brennte, dann wäre er nicht imstande, als großer Dichter in seinen Helden das Leben einer mächtigen Flamme gleich zu entzünden, seine Figuren wären ohne Mark und Kraft.

Betätigen kann sich, sind diese Ausführungen richtig, das Genie nur in der Kunst und in der Philosophie; in der Wissenschaft, die da Tatsachen auf Tatsachen sammelt, sie ordnet und durch systematisch-logisches Denken sie zu einander in Beziehung setzt, ist für das Genie kein Raum. Sache des Genies wird es aber sein, die Wissenschaften zur Weltanschauung zu verarbeiten, die es philosophisch entwickeln oder künstlerisch darstellen kann.

Wie Weininger ganz richtig sagt, ist es durchaus nicht erforderlich, daß das Genie über besondere „Talente" verfügt. Namentlich kann jemand zweifellos ein genialer Philosoph sein, ohne über ein bestimmtes Talent zu verfügen. Anders ist es vielleicht in der Kunst. Sicherlich wäre Raphael ein malerisches Genie gewesen, auch wenn er unglücklicherweise ohne Hände geboren worden wäre. Aber kein Maler! Und sicherlich ein unglückseliger Mensch, dem es versagt gewesen wäre, uns von seiner inneren Fülle mitzuteilen. Doch selbst wenn er Hände gehabt hätte, sie wären aber zu plump gewesen, um das innerlich Geschaute mit dem Pinsel auf die Leinwand zu werfen, kurz, wenn es ihm an Talent gefehlt hätte, so wüßte die Welt nichts von seinem Genie, und die hohe Freude wäre uns verloren gegangen, mit

der seine Bilder uns seit Jahrhunderten laben, und die die Menschen vielleicht noch nach Jahrtausenden entzücken werden.

Gewiß kann uns auch der Künstler erfreuen, dem wir das Prädikat „genial" nicht zuerkennen können. Sicherlich wäre es zu wünschen, ein Mittel zu besitzen, das — wenn es auch kein Genie schaffen kann — doch imstande ist, die schlummernde Genialität im Künstler zu wecken, das vielleicht schwache Flämmchen zum lodernden Feuer anzufachen. Ein solches Mittel besitzen wir im Hypnotismus.

II

Genialität und Hypnose

Die Hypnose*), deren Existenz überhaupt erst seit kaum zwei Jahrzehnten von der Wissenschaft anerkannt wird, und über die bei der großen Masse sogar der Gebildeten die unklarsten und absonderlichsten Vorstellungen im Umlauf sind, ist in Wahrheit nichts anderes als eine Form des Schlafes. Der Schlaf kann nämlich bei verschiedenen Menschen und auch bei ein und demselben Menschen zu verschiedenen Zeiten grundverschiedenen Charakter tragen, nicht nur der Tiefe, sondern auch der Art nach. Kitzeln wir einen Schläfer, so wird er sich entweder garnicht darum kümmern und, wenn wir damit fortfahren, aufwachen; oder aber er wird unsere Hand mit seiner Hand abwehren, vielleicht sogar im Schlafe zu sprechen anfangen und etwa über die vermaledeiten Mücken zu schimpfen beginnen, die einem keinen Augenblick Ruhe gönnen. Im erstgenannten Falle

*) Vergleiche meine ausführliche Schrift „Der perfekte Hypnotiseur", Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18; Preis 1 Mark.

spreche ich von einem narkotischen, im anderen von einem hypnotischen Schlafe. Im narkotischen unterbleibt jede sogenannte „willkürliche" Tätigkeit, der narkotische Schläfer verrät — außer durch Wachwerden bei starken Reizen — in keiner Weise, daß er noch sinnliche Wahrnehmungen macht. Der hypnotische Schläfer dagegen reagiert augenscheinlich auf jeden Reiz: er antwortet, wenn man ihn anspricht, er lacht, wenn man ihm Komisches erzählt, er schreit, wenn man ihn sticht. In der Tat ist freilich auch im narkotischen Schlafe der Reiz wahrgenommen worden, wie wir erfahren können, wenn sich der Schläfer nach dem Erwachen auf seinen Traum besinnen kann.

Vom hypnotischen Schlafe unterscheide ich drei Formen: Die Hypnose (im engeren Sinne), den Somnambulismus und den Trance. Im Trance, der hauptsächlich bei spiritistischen „Medien" vorkommt*), verliert der Schläfer völlig sein Ich; er weiß nicht mehr, wer er ist, und hält sich für ganz jemand anderen, in unseren spiritistischen Kreisen fast immer für den Geist eines Verstorbenen. Im Somnambulismus und in der Hypnose weiß der Schläfer, wer er ist. Im Somnambulismus handelt er selbständig; in der Hypnose dagegen ist er dem Einflusse desjenigen unterworfen, der gerade mit ihm spricht, des sogenannten „Hypnotiseurs".

*) Als empfehlenswerte Literatur zur Orientierung über den modernen Spiritismus nenne ich: „Animismus und Spiritismus" von Alexander Aksakow (Verlag von Oswald Mutze in Leipzig; 2 Bände mit 11 Lichtdrucktafeln; Preis 12 Mark, gebunden 15 Mark); „Für den Spiritismus" von Prof. Angelo Brofferio (Verlag von Ernst Fiedler in Leipzig; Preis 6 Mark); „Der Spiritismus" und „Das Rätsel des Menschen" von Dr. Carl du Prel (Reclams Universalbibliothek, Preis je 20 Pfg.) sowie meine Schrift: „Geheimnisse der Geisterwelt" (Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18, Preis 1 Mark).

Es ist ein Irrtum, zu glauben, die Hypnose sei ein künstlich herbeigeführter Schlaf, ein „sommeil provoqué". Denn erstens sind die Mittel, die der Hypnotiseur anwenden kann, um jemanden einzuschläfern — die wir hier übrigens nicht im einzelnen besprechen können — durchaus nicht künstlich, wenigstens in nicht höherem Grade künstlich als es das Einsingen des Babys durch seine Mutter ist, zweitens führen die wirklich künstlichen und stets Tiefschlaf erzeugenden Mittel (Aether, Chloroform und andere „Narkotika") ja gerade narkotischen Schlaf herbei. Man kann deshalb die Hypnose nur so charakterisieren, wie es im Vorangehenden geschehen ist.

In keinem Schlafzustande hört die geistige Tätigkeit auf. Einen „traumlosen" Schlaf gibt es eigentlich nicht. War aber der Schlaf tief genug, so fehlt dem Schläfer nach dem Erwachen die Erinnerung an den Traum, ja, er weiß nicht einmal mehr, *daß* er geträumt hat, geschweige denn, *was* er geträumt hat, und so *erscheint* ihm sein Schlaf als ein traumloser.

Die geistige Tätigkeit im Schlafe ist aber eine *andere* als im Wachen. Sie ist sozusagen auf eine tiefere Stufe der Entwicklung herabgesunken. Das Primitive und Instinktive herrscht vor. *Die Kritikfähigkeit ist herabgesetzt*, und zwar in um so höheren Grade, je tiefer der Schlaf ist. Wir träumen das unsinnigste Zeug zusammen, ohne uns des Unsinnigen bewußt zu werden. Andrerseits aber *verweilen die einzelnen Vorstellungen länger*, als dies im Wachen der Fall ist, und deshalb wirken die Vorstellungen im Schlaf vielfach nachhaltiger, als im Wachen.

Da die *Hypnose* mit allen anderen Schlafformen diese Eigenschaften gemein hat und der Schläfer in der Hypnose obendrein unter dem Einflusse des Hypnotiseurs steht, so haben wir in ihr ein vorzügliches Mittel zur

Erteilung von Suggestionen. Eine Suggestion ist nichts anderes als eine ohne Begründung ausgesprochene Behauptung oder Aufforderung. Die Suggestion kann also zutreffend sein oder nicht. Ob sie es nun ist, darüber hat unsere Kritik zu entscheiden. Ist die Fähigkeit zur Kritik herabgesetzt — wie in jedem Schlafe — und wird die Suggestion obendrein von einer autoritativen Persönlichkeit ausgesprochen — und eine solche ist der Hypnotiseur für den Schläfer in der Hypnose —, so wird sie vielfach auch dann angenommen, wenn sie im wachen Zustande für unwahr oder wenigstens für unwahrscheinlich gehalten worden wäre.

Wie kann nun der Hypnotismus ein geeignetes Mittel sein, um schlummernde Genialität zu wecken? Dadurch, daß in der Hypnose die Aufmerksamkeit des Schläfers — durch geeignete Suggestionen — mit äußerster Schärfe auf einen bestimmten Gegenstand gerichtet werden kann, während keine lästigen Zweifel dem Schläfer das Selbstvertrauen rauben. Und was man während des Schlafes vorübergehend erreicht hat, das kann man auch hinterher im Wachen in gleicher Vollendung wiederholen.

Ein Talent ist auf solche Weise nicht zu entwickeln. Wer nicht tanzen kann, lernt es auch nicht in der Hypnose. Es kann niemand in der Hypnose zu einem Mathematiker oder zu einem Schauspieler oder einem Komponisten werden, dem die erforderliche Begabung für die betreffenden Fächer fehlt. Aber der tüchtige Schauspieler, der bisher seine Rolle schlecht und recht herunterspielte, wird sich ganz und gar in den Geist der Rolle hineinzuversetzen lernen; er scheint in der Rolle des Hamlet nicht mehr über das Gespenst zu erschrecken, er erschrickt vielmehr wirklich. Und wird er vielleicht nicht das Höchste in der Kunst mit Hilfe des

Hypnotismus erreichen, so wird er sich doch turmhoch über seine sonstigen Leistungen zu erheben vermögen, da er alles das zu äußern vermag, was unentwickelt in ihm schlummerte.

III

Hypnotismus und Tanzkunst

Praktische Erfahrungen größeren Stils über die Bedeutung des Hypnotismus für die Kunst haben wir bisher nur speziell inbezug auf den Tanz. Seitdem zunächst Schrenck-Notzing die Schlaftänzerin Magdeleine G. in München mehreren gelehrten Körperschaften vorgeführt hatte, tauchte auf den Bühnen eine Schlaf- oder Traumtänzerin nach der anderen auf. Verstanden haben aber im allgemeinen weder Publikum noch Presse, worauf es ankommt, vielleicht nicht einmal die Theaterdirektoren oder die Tänzerinnen selbst.

Denn man beachtete nicht den Kunstwert der Tanzleistung, sondern die — völlig belanglose — Tatsache, daß die betreffenden Damen im Schlafe tanzten. Man zerbrach sich den Kopf darüber, ob sie denn auch wirklich schliefen — worauf es garnicht ankommt — und einzelne Kritiker verlangten, daß solche Vorführungen dem Varietee vorbehalten blieben, sie stellten die Traumtänzerinnen wohl so ungefähr auf eine Stufe mit Bauchrednern oder Damen mit Vollbart, sie hielten den Traumtanz allenfalls für eine Kunstfertigkeit, — und gerade das ist er nicht.

Das Wesentliche am Traumtanz ist vielmehr die Art und Weise, wie die Tänzerin alles, was in der Musik liegt, durch die Bewegungen ihres Körpers zum

Ausdrucke bringt. Sie tanzt eben nicht diesen oder jenen Tanz, sie gibt durch rhythmische oder pantomimische Bewegung den Gefühlsinhalt des Musikstückes wieder, das durchaus kein „Tanz" zu sein braucht.

Die Kunst einer Isadora Duncan, die ja auch Jahre lang um die Anerkennung der Kritik zu ringen hatte, ist der Kunst der Traumtänzerinnen wesensverwandt. So wie Isadora Duncan — lange Zeit zum Entsetzen vieler Rezensenten und noch zahlreicherer Tänzer und Tänzerinnen — Chopin oder andere Komponisten tanzt, so tun es auch die Traumtänzerinnen. Bei Isadora Duncan aber haben wir es mit einem Produkt scharfsinniger Überlegung, sorgfältigen Studiums zu tun, während sich bei den Traumtänzerinnen in der Hypnose die Musik unmittelbar — ohne den Umweg über das logische Denken — in Tanz und rhythmische Bewegung umsetzt.

Wir kennen nun auch einen Schlaf mit offenen Augen, den wir auf Grund einer einfachen Suggestion auf die Hypnose folgen lassen können, den sogenannten „posthypnotischen Zustand".*) Er kann von Laien vom Wachen nur ausnahmsweise unterschieden werden. In ihm ist, da die Augen nicht geschlossen sind, auch noch ein lebhaftes Mienenspiel vorhanden, und es wird sicher vermieden, daß die Tänzerin, was in der Hypnose passieren kann, irgend wo anstößt. So wechselnd, wie die Bewegungen im allgemeinen sind, nehmen sie doch, wenn man der Traumtänzerin oftmals ein und dasselbe Musikstück vorspielt, einen — für das betreffende Stück natürlich nur — ständigen Charakter an. Diese — gewissermaßen im Schlafe einstudierten — Bewegungen erfolgen dann auch im Wachen, wenn man

*) Vergleiche meine Schrift „Der perfekte Hypnotiseur" (Verlag W. Pilz, Berlin NO 18).

der Tänzerin dieses Stück vorspielt. Und deshalb sagte ich, es komme im Grunde genommen sehr wenig darauf an, ob die Tänzerin wirklich schläft. Anders sieht es schon aus, wenn etwas improvisiert werden soll, wenn man also ein der Tänzerin bisher unbekanntes Stück spielen läßt, oder wenigstens eines, nach dem sie noch nicht getanzt hat. Dann ist sicher die Ausdrucksfähigkeit im Schlafe oder im posthypnotischen Zustande eine wesentlich höhere, mannigfaltigere als im Wachen. Man kann es übrigens erreichen — und das wird das Ziel sein, dem man zustreben sollte — daß stets, wenn die Tänzerin nach einem Musikstück tanzen soll, von selbst ein posthypnotischer Zustand entsteht. Dieser Zustand tritt allmählich so leicht ein, daß er vom Wachen kaum zu unterscheiden ist, selbst seitens eines Fachmannes nicht; die gewünschte Wirkung aber übt er aus.

Ist dieses Ziel erreicht, so sollte sich die Tänzerin freilich nicht mehr als Schlaf- oder Traumtänzerin bezeichnen, was aber auch ganz überflüssig ist; sie ist eben zu einer hervorragenden Tänzerin geworden. Ihre Entwicklung zu solcher Kunst hat sie dem Hypnotismus zu danken.

IV

Hypnotismus und Pantomime

Die Traumtänzerinnen, welche öffentlich auftreten, begnügen sich selten damit, nur zu tanzen. Pantomimische Bewegungen sind es, die ganz unwillkürlich die rhythmischen begleiten, und bei manchen dieser Tänzerinnen die ausdrucksvollsten, die ich je gesehen habe. Es braucht aber durchaus kein Musikstück zu sein, auch eine Dichtung oder eine Prosaerzählung löst solche Pantomimen aus.

In der Gegenwart lebt die Pantomime, die jahrzehntelang dem Zirkus vorbehalten geblieben war, auch auf der Theaterbühne wieder auf. Hier müßte der Versuch gemacht werden, die Einstudierung in der Hypnose vorzunehmen. Die Aussichten dieses Versuches können getrost als glänzende bezeichnet werden. Bewegungen, welche als Zeichensprache wirken, ähnlich der Sprache der Taubstummen, und die naturgemäß jeden künstlerischen, jeden ästhetischen Eindruck unmöglich machen, solche Bewegungen sind in der Hypnose völlig ausgeschlossen, wo nicht logisches Denken, sondern Gefühlseindrücke Sinne, Nerven und Muskeln beherrschen. So wird die Hypnose sicherlich dazu beitragen, aus der Pantomime wieder eine Kunstform zu schaffen, die den übrigen Bühnenkünsten gleichwertig zur Seite steht.

V

Hypnotismus und Schauspielkunst

Die allergrößte Bedeutung dürfte der Hypnotismus für die Schauspielkunst gewinnen, oder richtiger für den dramatischen Unterricht. Denn selbstverständlich kann man nicht einen Schauspieler eine Rolle im Schlafe (mit geschlossenen Augen) spielen lassen. Höchstens im posthypnotischen Zustande. Aber auch das haben wir natürlich nicht nötig. Ist die Rolle in der Hypnose oder im posthypnotischen Zustande gründlich einstudiert worden, so kann sie im wachen Zustande hinterher in gleicher Weise gespielt werden, oder wenigstens in einem posthypnotischen Zustande, den man vom wachen garnicht mehr unterscheiden kann. Dabei ist der Schauspieler zugleich vor jedem Lampenfieber*) gesichert, das bekanntlich so wenige verschont.

*) Über das Lampenfieber vergleiche meine Schrift „Wie werde ich Redner?“ (Verlag von H. Rau, Berlin NW 5).

Mancher unserer besten Schauspieler greift bekanntlich nach der Kognakflasche, ehe er die Bühne betritt; ein leichter Rausch soll ihm über das Lampenfieber hinweghelfen und über das Bewußtsein, vom Publikum kritisch betrachtet zu werden, bis ihn der Geist der Rolle erfaßt hat und fortreißt. Welche Gefahr aber für Gesundheit und Leistungsfähigkeit des Künstlers bedeutet diese Gewöhnung an das alkoholische Gift? Wie sehr ist ihr nicht die in jeder Hinsicht harmlose*) und doch so sicher und zweckmäßig wirkende Hypnose vorzuziehen?

Was das eigentliche Spiel anlangt, so wird der Künstler in der Tat durch die Hypnose zeitweilig zu dem, was er vorstellen soll. Er liebt wirklich, wo er lieben, er haßt wirklich, wo er hassen soll. Der geniale Schauspieler weiß das willkürlich zu erzielen. Die Hypnose erreicht es auch da, wo das Genie fehlt. Talent zum Schauspielern muß freilich stets vorhanden sein. Ein talentierter Schauspieler aber kann durch den Hypnotismus weit über das Niveau emporgehoben werden, auf dem er sich sonst bewegen würde, und manche mittelmäßige Leistung kann uns erspart werden, wenn sich die Anwendung des Hypnotismus zur Einstudierung der Rollen verbreiten wird.

VI

Hypnotismus und Tonkunst

Für den Komponisten, den selbständigsten aller Künstler, wird sich aus dem Hypnotismus ein Vorteil

*) Über die angeblichen, in Wahrheit nicht bestehenden Gefahren des Hypnotismus vergleiche meine mehrfach genannte Schrift: „Der perfekte Hypnotiseur".

kaum ergeben. Vielleicht kann er im Somnambulismus neue künstlerische Gedanken fassen, in der Hypnose kaum.

Anders der ausübende Musiker, der Sänger so gut wie der Virtuose eines Instrumentes. Ihm wird, ähnlich wie den Schlaftänzerinnen, der Sinn eines Tonstückes unendlich viel feiner und eindringlicher aufgehen, wenn er es in der Hypnose oder im posthypnotischen Zustande spielt oder singt, als wenn er dabei wach ist, wo ihn zahllose Nebengedanken vielleicht verwirren oder Zweifel an seinem Selbstvertrauen ihn ängstigen. Hat er aber erst ein Stück in der Hypnose gründlich einstudiert, so kann er später selbstverständlich auch im Wachen alle in der Hypnose erworbenen Feinheiten zum Ausdrucke bringen.

du Maurier, der Verfasser des in den früheren Jahren so beliebten Romanes „Trilby", *) hat in den Vordergrund dieses Romanes die Hypnose gestellt, von der er sich allerdings recht falsche Vorstellungen macht. Ein junges Mädchen von äußerst geringem musikalischen Verständnisse, aber mit einer prachtvollen Stimme begabt, wird von einem gewissen Svengali hypnotisiert, einem unheimlichen Menschen, dem es gelingt, sie ganz in seine Gewalt zu bekommen. (Was, nebenbei bemerkt, mittels der Hypnose ganz und garnicht möglich ist.) Dieser lehrt sie in der Hypnose singen, und es gelingt ihm, ihren Gesang zur höchsten Entwickelung zu bringen. So falsch nun alles andere ist, was du Maurier über die Wirkung der Hypnose angibt — Trilby kann im Wachen nicht singen, weiß auch garnichts davon, daß sie in der Hypnose singt, und wird wach, sobald Svengali sie nicht mehr ansieht, alles Unmöglichkeiten! — so richtig schildert er die

*) Deutsch von Marg. Jacobi im Verlage von Robert Lutz in Stuttgart.

Ausdrucksfähigkeit die Trilbys Gesang gewonnen hat. Er läßt sie, die unter dem Namen „Die Svengali“ auftritt, unter anderen den bekannten französischen Gassenhauer singen: ‚Malbruck s'en va-t-en guerre.‘ Er schildert den Gesang folgendermaßen:*)

Sie begann ganz leicht und lustig, im Marschtempo; noch hatte sie in der Mittellage keine außergewöhnliche Kraft oder Fülle verraten. Das Publikum lachte ganz unbefangen bei dem ersten Vers:

„Malbruck zieht in den Krieg —
Mironton, Mironton, Mirontaine!
Malbruck zieht in den Krieg . . .
Weiß nicht, wann er wieder kommt!
Weiß nicht, wann er wieder kommt!
Weiß nicht, wann er wieder kommt!

Das Mironton, mironton, mirontaine drückte die höchste kriegerische Tapferkeit und heldenkühnes Selbstvertrauen aus. Es weckte in allen, die es hörten, den Entschluß, mutig jeder Gefahr zu trotzen.

„Zu Ostern kehrt er heim —
Mironton, mironton, mirontaine!
Zu Ostern kehrt er heim . . .
Oder . . . zu Pfingsten erst!“

---

*) du Maurier zitiert französisch. Ich habe die Verse übersetzt, um sie auch solchen Lesern verständlich zu machen, die nicht oder nicht mehr gewöhnt sind, französisch zu lesen. Der Originaltext lautet:

„Malbruck s'en va-t-en guerre —
Mironton, mironton, mirontaine!
Malbruck s'en va-t-en guerre . . .
Ne sais quand reviendra!
Ne sais quand reviendra!
Ne sais quand reviendra!“

„Il reviendra-z à Pâques —
Mironton, mironton, mirontaine!
Il reviendra-z à Pâques . . .
Ou . . . à la Trinité!“

„La Trinité se passe —
Mironton, mironton, mirontaine!
La Trinité se passe . . .
Malbruck ne revient pas!“

Man lachte noch, obwohl sich in dem mironton, mirontaine bereits eine unbestimmte Ahnung verriet; allerlei Zweifel und Befürchtungen dämmerten auf.

„Und Pfingsten geht vorbei —
Mironton, mironton, mirontaine!
Und Pfingsten geht vorbei . . .
Malbruck kehrt nicht zurück!

Hier machte sich schon, besonders in dem mironton, mirontaine eine entsetzliche Spannung bemerkbar; eine so quälende, echt menschliche und natürliche Angst, daß jedes Herz sie persönlich mitempfand und lauter zu schlagen begann. Den Hörern verging der Atem in der Brust

„Die Frau steigt auf zum Turm —
Mironton, mironton, mirontaine!
Die Frau steigt auf zum Turm —
So hoch sie steigen kann!"

O, mit welchen Gefühlen man sie zum Turm hinauf begleitete! Was würde sie dort oben erspähen? —

„Sein Page naht von fern —
Mironton, mironton, mirontaine!
Sein Page naht von fern,
Ganz schwarz ist sein Gewand!"

Immer drohender naht das Unglück — die Spannung erscheint unerträglich.

„O Page, — schöner Page!
Mironton, mironton, mirontaine!
O Page, schöner Page!
Was kündet mir dein Mund?

„Madame à sa tour monte —
Mironton, mironton, mirontaine!
Madame à sa tour monte —
Si haut qu'elle peut monter!"

„Elle voit de loin son page —
Mironton, mironton, mirontaine!
Elle voit de loin son page,
Tout de noir habillé!"

„Mon page — mon beau page!
Mironton, mironton, mirontaine!
Mon page — mon beau page!
Quelles nouvelles apportez?"

Der kleine Billy zerfließt wieder in Tränen; auch andere Zuhörer weinen. Das mironton, mirontaine ist ein jammervolles Klagegestöhn — o du arme Herzogin — du unglückliche, trostlose Gattin — hast du es alles so hören müssen?

Bis dahin war die Begleitung ganz einfach gewesen; sie hatte sich nur auf ein paar Akkorde beschränkt. Jetzt aber, ganz plötzlich, ohne Übergang, ohne Modulation, ging sie in der Terz von E nach C, zwei volle Oktaven herunter, in Trilbys tiefe Altstimme — feierlich, unheil verkündend. Die Tränen versiegen; dem Hörer stockt das Blut in den Adern. Die Begleitung nimmt ein immer langsameres Tempo an, bis sie in einen gedämpften Trauermarsch übergeht:

„Ach meine Trauerkunde —
Mironton, mironton, mirontaine!
Ach meine Trauerkunde,
Macht weinen euer Aug'!

Reicher und voller tönen die Saiten. Das mironton, mirontaine wird zur Totenklage:

„Legt ab die lichten Kleider —
Mironton, mironton, mirontaine!
Legt ab die lichten Kleider —
Legt ab das Atlasgewand!

Hier scheint sich eine große Glocke unter die Instrumente zu mischen — mit mächtigen Klängen, ganz langsam, aber so eindrucksvoll, daß die Nachricht, die sie verkündet, für alle Zeiten in den Herzen derer widerhallen wird, welche sie aus dem Munde der Svengali vernehmen:

„Aux nouvelles que j'apporte —
Mironton, mironton, mirontaine!
Aux nouvelles que j'apporte,
Vos beaux yeux vont pleurer!"

„Quittez vos habits roses —
Mironton, mironton, mirontaine!
Quittez vos habits roses —
Et vos satins brochés!"

„Le Sieur Malbruck est mort —
Mironton, mironton, mirontaine!
Le Sieur — Malbruck — est — mort!
Est mort — et enterré!"

„Herr Malbruck ach! ist tot —
Mironton, mironton, mirontaine!
Herr Malbruck ach! ist tot!
Und ruht im finstern Grab!"

Damit brach der Gesang urplötzlich ab.

Über diese herzzerreißende Tragödie, dieses große historische Epos in zwei Dutzend Zeilen, hatten fünf- oder sechstausend lustige Franzosen geweint oder geschluchzt zum Gotterbarmen, und es ist doch im Grunde nichts weiter als ein altes komisches Volkslied, mit dem die Mütter ihre Kleinen in den Schlaf singen.

Es folgte eine bedrückende, schauerliche Stille, wie wenn bei einem Begräbnis die letzte Handvoll Erde auf den Sargdeckel fällt. Dann brach der rasende Applaus wieder los, und die Svengali stand wohl fünf Minuten lang, sich verneigend mitten in einem Blumenregen. Die Da capo-Rufe verhallten jedoch unbeachtet . . .

Nun kam zum Schluß ihre größte Leistung.

Das Orchester spielte schnell die ersten vier Baßtakte von Chopins Impromptu in A-moll, und wie ein Wirbelwind setzte die Svengali ein; ohne Worte, leicht und anmutig wie eine Nymphe, die sich im Tanze wiegt, oder in den Lüften schaukelt, solfeggierte sie dies wunderbare Musikstück, das nur wenige Pianisten imstande sind zu spielen. So aber hat noch keiner gespielt, denn welches Klavier könnte solche Töne hervorbringen?

Jeder musikalische Gedanke ward hier zu einer Kette der prachtvollsten Edelsteine, die ein loser Goldfaden zusammenhält. Je höher und heller sie singt, um so köstlicher ist der Ton; bis zu solcher Höhe hat sich vor ihr noch keine Frauenstimme verstiegen.

Glockenhelles, fröhliches Lachen, wie es nur aus einer unschuldigen, heitern Mädchenseele kommt, die mit lebhaftem Gefühl die ganze Natur umfaßt — die Kühle des Morgens, die sich kräuselnde Welle, das rauschende Mühlrad, den Wind in den Bäumen, das Lerchenlied im wolkenlosen Himmel — die Sonne, den Tau, den Duft der Frühlingsblumen in Wiese und Wald — oder den Flug von Vogel, Biene und Schmetterling; die hüpfenden Lämmer im Grünen — alle Farben, Töne und Wohlgerüche, an denen sich Kinderherzen und glückliche Naturkinder in gesegneten Himmelsstrichen erfreuen — die schuldlosesten Freuden, die seligsten Erinnerungen, die der Mensch besitzt.

Das alles ruft Trilbys Stimme in ihren Hörern wach und zaubert

es lebendig vor sie hin, während sie dies wunderbare Lied ohne Worte, diesen langen, wiegenden, frohlockenden Tanz trillert und singt. Der Eindruck ist unwiderstehlich, unauslöschlich; weder Worte noch Bilder können etwas Ähnliches bewirken. Tränen der Freude, des reinsten Entzückens fließen aus allen Augen. (Möglich, daß Chopin etwas ganz anderes malen wollte — vielleicht ein Treibhaus mit Tuberosen, Orchideen, Kallas und Hortensien; aber darauf kommt es nicht an.)

Nun folgt ein langsames Tempo, das Adagio, mit seinen merkwürdigen Verzierungen — das Erwachen des jungfräulichen Herzens, das Aufsteigen des Saftes, der Liebe Morgenlicht; ihr Zweifeln, Fürchten, Fragen. Die weichen, mächtigen Brusttöne klingen wie Glockengeläut, und dazwischen rieseln silberhelle, funkelnde Tauperlen, welche die gewaltige Stimme leicht von sich abschüttelt.

Jetzt kommt wieder das erste Tempo, aber rascher, voller Eile und Hast, doch klar, wie immer. Laut, durchdringend und köstlich sind die Töne — sie überschallen das Orchester, greifen bis ins innerste Herz, verkünden namenlose Freude. Ein krystallreiner Strom rieselt, schäumt und sprudelt über sonnbeglänzte Steine — es ist zauberhaft, wonnevoll, entzückend!

Kein Zeichen der Anstrengung oder irgend welcher Schwierigkeit! Mit demselben himmlischen Lächeln öffnet Trilby die Lippen, wiegt das Haupt leise hin und her zu Svengalis Taktschlägen, und immer rascher und höher entströmen die Töne ihrem Munde . . .

In wenigen Minuten ist alles vorüber, wie bei Schluß eines glänzenden Feuerwerks die Raketengarben versprühen. Langsam verhallen die Klänge, wie das letzte Glimmen einer bengalischen Flamme verlöscht — ihre Stimme tönt nur noch aus weiter Ferne, sie hallt wie ein Echo von allen Seiten ringsum — ganz leise — kaum noch ein Hauch — und doch voll Wohllaut. Noch eine letzte Rakete, ein chromatisches Aufsteigen pianissimo, bis zum E im Alt — dann Dunkel und Schweigen. —

VII

Hypnotismus und bildende Kunst

Ob der Hypnotismus für die bildende Kunst von Bedeutung sein kann, erscheint immerhin recht fraglich.

Während eine ganze Anzahl spiritistischer „Medien“ im Trance oder automatisch*) recht nette Sachen — ein höheres Lob kann man auch dafür nicht spenden — geschaffen haben, ist mir von ähnlichen Leistungen in der Hypnose nichts bekannt. Immerhin kann man vielleicht einem Schläfer in der Hypnose ein Bild suggerieren, das er nachher im posthypnotischen Zustande zeichnet oder malt. Doch ist dazu zu bemerken, daß der Schläfer das Bild ebenso gut auch ohne Hypnose gemalt hätte, wenn er die erforderliche malerische Anschauung besitzt, und daß der Hypnotiseur selbst es besser gemalt haben würde, wenn seine Phantasie der des Schläfers überlegen ist. Es kann sich also nur um Ausnahmefälle handeln, wenn der Hypnotismus für die bildende Kunst etwas bedeutet. Es müßte etwa der Hypnotiseur ein „Raphael ohne Hände“ sein, der Schläfer dagegen ein Maler von einiger Pinselfertigkeit ohne malerischen Blick. Der Hypnotiseur müßte ein malerisches Genie ohne Talent, der Schläfer ein Talent ohne Genialität sein.

VIII

Hypnotischer Schlaf und Dichtkunst

Dem Dichter wird der Hypnotismus genau so wenig bedeuten können wie dem Tondichter. Dagegen nimmt im Somnambulismus, in dem sich die sogenannten „mystischen“ Fähigkeiten der menschlichen Seele gleichfalls

*) Vergleiche meine Schrift: „Geheimnisse der Geisterwelt“ (Verlag von Wilh. Pilz, Berlin NO 18), worin auch mehrere solcher Zeichnungen abgebildet sind.

äußern sollen,*) die Rede oftmals gebundene Form an. So wird die Erfindung des Hexameters einer delphischen Priesterin, der Phoemonoe, zugesprochen, die eben in diesem Verse (im Somnambulismus) die Orakel sprach. Die von Justinus Kerner so bezeichnete „Seherin von Prevorst",**) Friederike Hauffe, eine von Kerner behandelte Kranke, die jahrelang in einem somnambulen Schlafe lag, der nur von posthypnotischen Zuständen unterbrochen wurde — posthypnotische Zustände können sich an jede Form des Schlafes anschließen —, die Seherin von Prevorst sprach oft in gebundener Rede. Einige recht hübsche Gedichte sind dabei Zustande gekommen. Besonders erwähnenswert ist unter ihnen das folgende Gebet, das sie im Tiefschlafe dichtete:

„Vater, erhöre mich!
Erhöre mein Beten und Flehen!
Vater, ich rufe zu Dir,
Lasse Dein Kind nicht vergehen!
Sieh meinen Schmerz,
Meine Tränen,
Flöße mir Hoffnung ins Herz:
Stille mein Sehnen!
Vater, ich rufe zu Dir,
Habe Erbarmen!
Nehme doch etwas von mir,
Der Kranken, der Armen.
Vater ich lasse Dich nicht,
Wenn auch Krankheit und Schmerz mich verzehren,
Wenn ich des Frühlings Licht
Seh nur im Nebel der Zähren,
Vater, ich lasse Dich nicht."

---

*) Vergleiche darüber meine Schrift: „Persönlicher Magnetismus" (Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18) oder die Schrift der Seherin de Ferriëm: „Mein geistiges Schauen" (Verlag von Julius Püttmann Berlin SO).

**) Justinus Kerner: „Die Seherin von Prevorst" (Reclams Universalbibliothek Nr. 3316—3220).

IX

Schlusswort

Fassen wir das Ergebnis unserer Untersuchungen zusammen, so können wir sagen: Die Bedeutung des Hypnotismus für die Kunst liegt nicht darin, daß er ein nicht vorhandenes Talent hervorrufen könnte oder Genialität wecken, wo sie nicht da ist; sie liegt vielmehr darin, daß er ein Talent zu genialem Arbeiten befähigen kann, indem er das schlummernde Genie erweckt und all die Hemmungen aufhebt, die das Genie an seiner Betätigung verhindert haben.

Vor allem wird es die Schauspielkunst sein, die vom Hypnotismus weitgehende Förderung erwarten darf. Gerade bei ihr tritt die von Weininger festgestellte Haupteigenschaft des genialen Menschen, in sich möglichst viele verschiedene Einzelwesen zu vereinen, besonders deutlich hervor.

Man vergesse auch nie, daß im Schlafe ja so oft eine Spaltung unserer Person in mehrere Einzelwesen einzutreten pflegt: im Traume sehen wir zahlreiche Personen handelnd und sprechend, und doch sind wir es stets nur selbst. Der Träumer ist also fast immer genial oder wenigstens genialer als derselbe Mensch im Wachen. In der Hypnose können wir diese Genialität nach der von uns gewünschten Richtung lenken und so Erfolge erwarten, die im Wachen weit schwieriger oder vielleicht garnicht zu erreichen sind.

Neue Probleme

Herausgeber: **Edwin Bab**

Bisher erschienen:

Hypnotismus und Ehe Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Kunst Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Nervosität Doppelheft — Preis 1 Mark

Im Druck sind:

Hypnotismus und schmerzlose Operationen
Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Willenskraft Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und krankhafte Triebe
Doppelheft — Preis 1 Mark

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW 23, Flensburgerstraße Bogen 412

Neue Probleme
Herausgeber: Edwin Bab

3/4

Hypnotismus
und
Nervosität

Von

Edwin Bab
cand. med.

2. Auflage

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW, Flensburgerstraße, Bogen 412

Druck von E. Grüner, Bernau

Inhalt

Seite

1. Nervosität, die Krankheit unserer Zeit 5
2. Das Wesen der Nervosität 7
3. Die Ursachen der Nervosität 10
4. Funktionelle Neurosen 15
5. Die Hysterie 16
6. Hypnotismus und Hysterie 19
7. Das Wesen des Hypnotismus 22
8. Der Hypnotismus als Heilfaktor 24
9. Die allgemeine Behandlung der Nervosität 27
10. Die hypnotische Behandlung der Nervosität 29

Nachdruck verboten — Alle Rechte vorbehalten

I

Nervosität, die Krankheit unserer Zeit

Die Nervosität, auch Nervenschwäche oder Neurasthenie genannt, wurde als besondere Krankheit zuerst von dem amerikanischen Nervenarzte Beard erkannt und beschrieben, welcher — leider sehr zu Unrecht — glaubte, es handle sich um eine Krankheit, die fast ausschließlich in Amerika verbreitet sei. Unsere Leser wissen vielleicht nur allzu gut, daß wir Europäer genau so sehr an der Neurasthenie leiden wie die Bewohner der neuen Welt; hier wie dort gehört heuzutage die Nervosität zu den allerhäufigsten Nervenkrankheiten, ja zu den häufigsten Krankheiten überhaupt. Man hat ihr nicht ohne Grund den Namen der „Zeitkrankheit" gegeben, und nur wenige Geistesarbeiter — mag es sich nun um Kaufleute, Künstler oder Gelehrte handeln — bleiben auf die Dauer von ihr verschont.

Daß wir uns überall nach Mitteln umsehen, welche zur Heilung einer so verbreiteten Krankheit etwas beizutragen vermögen, das erscheint unter diesen Umständen selbstverständlich. Kein Hilfsmittel im Kampfe mit der Neurasthenie dürfen wir vernachlässigen. Deshalb ist es auffallend, daß der Hypnotismus, der in diesem

Kampfe eine hervorragende Rolle zu spielen berufen ist, bei weitem noch nicht die Würdigung erfahren hat, die er verdient, so wenig im Kreise der Aerzte wie der Laien. Unkenntnis über den Hypnotismus, unzutreffende Vorstellungen von seiner Gefährlichkeit, mystische Schwärmereien oder häßliche Geschäftspraktiken derer, die für seine Verwendung eintraten, tragen die Schuld daran.

Dieses kleine Schriftchen soll, dem Fachmann wie dem Laien zugänglich, darauf hinweisen, welche Bedeutung der Hypnotismus im Kampfe mit der Nervosität haben kann und wird.

II

Das Wesen der Nervosität

Die Nervosität gehört zu denjenigen Krankheiten des Nervensystems, welche man als funktionelle bezeichnet, da man keine Veränderung der erkrankten Organe, sondern nur eine Störung ihrer Funktion nachweisen kann. Der Sitz der Neurasthemie kann das ganze Zentralnervensystem sein, das heißt also Gehirn und Rückenmark, doch kennen wir Formen, bei denen vorwiegend das Gehirn, und andere, bei denen vorwiegend das Rückenmark angegriffen erscheint. Daß auch bei funktionellen Störungen Veränderungen krankhafter Natur in den erkrankten Organen vorhanden sind, ist selbstverständlich, doch reichen die uns bisher zugänglichen Mittel nicht aus, diese Veränderungen nachzuweisen.

Ist der Sitz der Neurasthenie vorwiegend das Rückenmark, so klagen die Kranken hauptsächlich über körperliche Beschwerden; sie werden leicht müde bei jeder Körpertätigkeit, insbesondere beim Gehen, sie klagen über Schmerzen im Rücken, im Kreuz, auch in den Armen und Beinen und über andere lästige Empfindungen wie Ameisenlaufen (das Gefühl, das man hat, wenn einem ein Arm oder ein Bein „eingeschlafen" war), Kältegefühl und dergleichen. Störungen der Blasenfunktion (sowohl unwillkürlicher Harnabgang wie umgekehrt erschwertes Harn-

lassen) und ebenso der geschlechtlichen Leistungsfähigkeit kommen vor. Ferner finden sich an der Wirbelsäule manchmal stark druckempfindliche Stellen, die Haut der Hände ist auffallend blaß oder rot oder feucht. In einzelnen Fällen wird der gesamte Ernährungszustand des Körpers ein mangelhafter, Appetitlosigkeit, schlechte Verdauung und Brechreiz nach dem Essen machen sich bemerkbar.

Ein Symptom tritt in den Vordergrund, wenn die Krankheit auch vom Gehirn oder hauptsächlich vom Gehirn ihren Ausgang nimmt: die Hypochondrie, also die krankhafte Neigung, bei sich alle möglichen Krankheiten zu entdecken, die garnicht vorhanden sind, sich für schwerkrank oder für einen Todeskandidaten zu halten. Wissenschaftliche Lehrbücher oder, wenn diese dem Kranken nicht zugänglich sind, zum mindesten Konversationslexika werden verschlungen, bis irgend eine Krankheit entdeckt ist, von der der Nervöse ein Symptom an sich verspürt oder zu verspüren sich einbildet, und dann quält er sich und seine Umgebung mit seinen grundlosen Klagen und Befürchtungen.

In den Fällen, wo das Gehirn allein oder vorwiegend der Sitz der Krankheit ist, klagen die Kranken ferner über Druck und Eingenommensein des Kopfes, ein Gefühl, das sich häufig zu wirklichem, heftigem Kopfschmerze steigert. Gleichzeitig zeigt sich eine schmerzhafte Ueberempfindlichkeit der Kopfhaut.

Noch weit lästiger als diese Schmerzen ist bei der Gehirnneurasthenie für den Kranken die an Unfähigkeit grenzende Unlust zu jeder systematischen geistigen Arbeit, insbesondere jeder Berufsarbeit. Namentlich das Schreiben, häufig aber auch das Lesen strengt unmäßig an, zumal sich auch nach kurzer Zeit schmerzhafte Empfindungen in den Augen einzustellen pflegen. Aber auch das Zuhören beim Vorlesen wird nur ganz kurze Zeit ausgehalten.

Ueberhaupt verlangt der Kranke ununterbrochen nach Abwechselung, er kann nirgends Ruhe finden, schließlich auch keinen Schlaf. Kommen noch Appetitlosigkeit hinzu (der Kranke hat meist ausgesucht auf das Appetit, was nicht da ist) und träge Verdauung, so ist es klar, daß der Kranke in verhältnismäßig kurzer Zeit gesundheitlich furchtbar herunterkommen kann. Außerdem ist ein hochgradig nervöser Patient mit seiner Launenhaftigkeit, seiner Unruhe, seinen Klagen und seinen selbstquälerischen Vorstellungen, die er nicht loswerden kann, und die er sich nicht ausreden läßt, seinen womöglich obendrein noch auftretenden Angstzuständen eine Last und Qual für seine Angehörigen und seine gesamte Umgebung. Obgleich er sich dessen oft völlig bewußt ist, ist er doch außerstande, an diesen Zuständen etwas zu ändern; damit erwachsen neue Skrupel für ihn und vielleicht, wenn er nun anfängt, sich selbst Vorwürfe zu machen oder gar sich mit Selbstmordgedanken zu tragen, wieder erneute Sorgen für die Umgebung.

Kurz erwähnt sei noch, daß sich auch Krankheiten der verschiedensten Organe auf nervöser Grundlage entwickeln können. Insbesondere beachtenswert sind die nervösen Erkrankungen des Herzens.

III

Die Ursachen der Nervosität

In Folgendem soll von der Behandlung der geschilderten Krankheit gesprochen werden.

Wichtiger und zweckmäßiger noch als die Behandlung einer Krankheit ist natürlich ihre Verhütung. Es ist tausendmal besser, der Entstehung einer Krankheit vorzubeugen als hinterher, wenn sie da ist, sie zu heilen.

Um Vorbeugungsmaßregeln gegen eine Krankheit zu ergreifen, um die Ursachen ihrer Entstehung aus dem Wege zu räumen, müssen wir aber zunächst die Ursachen der Krankheit kennen.

Welches sind nun die Ursachen der Neurasthenie?

Die Nervosität ist stets und in jedem Falle als Folge einer Ueberanstrengung des Nervensystems zu betrachten. Darum sind es hauptsächlich Geistesarbeiter, welche ihr ausgesetzt sind: Juristen, Aerzte, Lehrer, Künstler, Gelehrte und Kaufleute. Die übermäßige Arbeit des Gehirns ist vielfach bei diesen Berufen für sich allein schon ausreichend, um das Krankheitsbild der Neurasthenie hervorzurufen. Doch kommt meist auch noch eine Strapazierung des Gemütes durch Sorgen und Aufregungen hinzu, die auch bei Körperarbeitern die Nervosität hervorzurufen vermögen. Geschäftliche Sorgen, die Angst um

mögliche Verluste sind am allergefährlichsten für die Gesunderhaltung des Nervensystems, die fortwährenden Aufregungen des Politikers stehen ihnen nur wenig nach. Das Hasten nach Erwerb, das angespannte Suchen nach neuen Brotquellen, das unsere Zeit mehr oder weniger von uns allen verlangt, wenn wir nicht sehr vorsichtig waren in der Wahl der Eltern, sie sind es, die die Nervosität zur „Krankheit unserer Zeit" gemacht haben. Unzweifelhaft gilt der Satz, den der jüngst verstorbene Otto Erich Hartleben an die Wand einer Heilanstalt kritzelte, in der er selbst Erholung suchte:

„Raste nie —
„Doch haste nie!
„Sonst haste die
„Neurasthenie."

Nun leidet unzweifelhaft nicht jedes Nervensystem in gleicher Weise unter den gleichen Schädlichkeiten. Was der eine mit Leichtigkeit erträgt, ohne daß die Gesundheit seiner Nerven auch nur im mindesten beeinflußt würde, das bringt den andern vollkommen herunter. Man muß deshalb auch von einer besonderen Veranlagung für Nervenleiden sprechen, von einer sogenannten „neuropathischen Disposition".

Diese Disposition ist häufig ererbt, sie kann aber auch im Laufe des Lebens, namentlich durch unzweckmäßige Lebensweise, erworben werden. Eine besondere Schädlichkeit für das Nervensystem ist der in unserer Zeit so gewaltig verbreitete Alkoholgenuß. Ganz gewiß trank man auch vor Jahrhunderten und Jahrtausenden alkoholhaltige Getränke, aber stets nur gelegentlich und ausnahmsweise. Sicherlich kreiste bei den Gastmählern der alten germanischen Recken der Becher, gefüllt mit Meth oder Wein, aber solche Gastmähler fanden nicht regelmäßig statt, nicht Tag ein, Tagaus. Heute

aber ist Wein oder Bier zum regelmäßigen Tafelgetränk geworden. Und gerade in der Regelmäßigkeit des Giftgenusses liegt die Gefahr. Es ist bei weitem nicht so gefährlich, wenn jemand sich dreimal im Monat berauscht, aber sonst keinen Alkohol genießt, als wenn er täglich auch nur ein Glas Bier zu sich nimmt. Auch macht sich eine akute Krankheit stets weit mehr bemerkbar als eine chronische, sie wirkt also auch weit warnender als die chronische. Deshalb ist auch die akute Alkoholvergiftung, die Trunkenheit — wenn sie nicht etwa tagtäglich herbeigeführt wird — im allgemeinen nicht so schlimm wie die chronische. Der Rausch mit seinen entsetzlichen Folgezuständen, dem „Katzenjammer", prägt sich wenigstens der Erinnerung als warnendes Beispiel ein, der chronische Alkoholismus aber macht oft nur wenig auffallende Erscheinungen, er untergräbt allmählich und unbeachtet die Widerstandskraft des Körpers und des Nervensystems, bis irgend ein Anstoß eine schwere, vielleicht unheilbare Krankheit auf seinem Boden erwachsen läßt. Chronische Herz-, Leber- oder Nierenkrankheiten sind die Folgen des angeblich „mäßigen" Alkoholgenusses — regelmäßiger Alkoholgenuß ist nie „mäßig", da eben stets am nächsten Tage verhindert wird, daß sich die Schäden des Giftgenusses vom vorigen Tage wieder ausgleichen; — auch würde niemand in gleicher Weise von „mäßigen Morphiumspritzern" oder „mäßigen Arsenikessern" sprechen. Auch die Neurasthenie findet ihr vorzügliches Fortkommen auf einem Boden, der jahrelang, vielleicht sogar durch Generationen hindurch, mit Alkohol gedüngt worden ist. Denn gerade alkoholische Väter sind es, die auf ihre Nachkommen die neuropathische Disposition vererben. Wie alle anderen Gewebe, so leiden auch die Keimzellen des Alkoholikers unter der Einwirkung des Giftes, eine überaus verderbliche Erscheinung, welche Forel mit der

Bezeichnung „Blastophthorie“ (Keimzerstörung) belegte.

Der Alkoholgenuß ist es natürlich nicht allein, der eine neuropathische Disposition zu schaffen vermag. Unmäßiges Rauchen und Spielleidenschaft wirken ähnlich, ebenso der Kaffee und der Tee. Jede unregelmäßige Lebensweise ist von Gefahr, auch Mangel an Schlaf zerrüttet Körper und Geist. Ein Körperarbeiter braucht täglich durchschnittlich sechs, ein Geistesarbeiter sieben und eine halbe Stunde Schlaf. Erwähnt seien schließlich noch sexuelle Ausschweifungen als Ursache neuropathischer Disposition.

Haben wir im Vorangehenden die Ursachen der Neurasthenie kennen gelernt, so können wir nun auch sagen, wie die Entstehung der Neurasthenie zu verhüten ist. Man sorge vor allen Dingen dafür, daß keine neuropathische Disposition entsteht, und daß eine etwa ererbte nicht gesteigert werde. Man meide den Alkohol am besten ganz und gar, tunlichst auch Kaffee und Tee (ein ungefährlicher Kaffeeersatz ist der Kathreinersche Malzkaffee), rauche höchstens nach der Mahlzeit, sorge für eine regelmäßige Lebensweise und ausreichenden Schlaf. Ferner hüte man sich vor geschlechtlichem Uebermaß, zu dem besonders leicht die gerade darum vielfach verderbliche Onanie führen kann.

Geschäftlichen Sorgen und Aufregungen kann man meist nicht aus dem Wege gehen, auch wenn man gerne wollte. Doch wird auch der Geschäftsmann sich wenigstens für einige Wochen im Jahre Ruhe zu gönnen vermögen. Die Folgen schwerer geistiger Arbeit lassen sich zum großen Teile verhüten, wenn man in seiner Tätigkeit für tunlichste Abwechselung Sorge trägt. Auch treibe jeder geistige Arbeiter gelegentlich etwas Sport.

Würde auf all diese Dinge in erforderlichem Maße Wert gelegt werden, so würden die Nervösen baldigst im Abnehmen begriffen sein. Dazu ist es aber erforderlich, daß schon die Kinder zu einer hygienischen Lebensweise erzogen werden. Vorläufig wirkt die Erziehung vielfach geradezu gegenteilig: sie schafft neuropathische Disposition, steigert sie da, wo sie ererbt ist, tut zum mindesten nichts, um schon beim Kinde, ehe es dazu zu spät ist, der erblichen Belastung entgegen zu arbeiten. Durch zu viele häusliche Aufgaben wird der in der Entwicklung begriffene Geist der Kinder seitens der Schule übermäßig angestrengt, die dem Kinde notwendige Zeit zum Spielen und Herumtollen wird mehr, als geschehen dürfte, verkürzt. Dazu erhält man die Kinder in ständiger Sorge und Angst vor fortwährenden Diktaten, Extemporalien und Zensuren. Und obendrein ist die Luft in den Schulzimmern, die die jungen Geschöpfe täglich fünf Stunden in meist gezwungener Haltung einatmen müssen, nur selten staubfrei und gesund.

Wollen wir es also dahin bringen, daß die Nervosität aufhört, „Zeitkrankheit" zu sein, so gilt es an allen Enden zur reformieren, besonders an der Erziehung der Kinder und — in allererster Linie — an uns selbst!

IV

Funktionelle Neurosen

Wie schon mehrfach erwähnt, gehört die Neurasthenie zu denjenigen Neurosen (Nervenkrankheiten), die man bisher auf keine bestimmte Veränderung in den erkrankten Organen zurückzuführen vermag. Man bezeichnet solche Krankheiten als *funktionelle*, im Gegensatz zu den *organischen*, bei denen auch eine Veränderung des angegriffenen Organes bemerkbar ist.

Nun gibt es außer der Neurasthenie noch andere funktionelle Erkrankungen, von denen wir eine, die häufigste und wichtigste nächst der Neurasthenie, nämlich die *Hysterie*, hier noch einer Besprechung unterziehen müssen. Es ist das notwendig, weil man gelegentlich den Namen „Nervosität" auch auf die Hysterie, ja auf sämtliche funktionellen Neurosen überhaupt, angewandt hat, dann auch deshalb, weil eine allerdings längst als irrtümlich erkannte Anschauung den Hypnotismus zur Hysterie in nähere Beziehung setzte.

Alle funktionellen Neurosen haben das eine gemeinsam, daß sie, wie wir es bei der Neurasthenie schon kennen lernten, eine *neuropathische Disposition* voraussetzen. Indem wir also alles tun, was die Entstehung einer solchen verhütet, und was einer ererbten Disposition entgegen zu arbeiten vermag, werden wir uns selbst und unsere Kinder am besten vor der Hysterie wie vor der Neurasthenie zu bewahren imstande sein.

V

Die Hysterie

Während sich die Neurasthenie fast ausnahmslos langsam und allmählich entwickelt, ist die Hysterie meist auf einen ganz bestimmten Schreck, einen schweren Aerger oder eine ähnliche Verletzung der Seele zurückzuführen. Sie setzt also meist akut ein. Es kommt aber auch vor, daß sie durch fortwährenden Kummer hervorgerufen wird. Während aber geschäftliche Sorgen meist die Neurasthenie herbeiführen, ist es Kummer in Familienangelegenheiten, der oft als Ursache der Hysterie in Frage kommt. Und ist die Neurasthenie oftmals durch sexuelle Ausschweifung verursacht, so kann mangelnde Befriedigung des Geschlechtstriebes nicht selten als die Veranlassung der Hysterie betrachtet werden. Schon der Name „Hysterie" weist darauf hin, daß man die Hysterie früher sogar für eine Erkrankung hielt, welche von den Geschlechtsorganen, und zwar den weiblichen, ihren Ausgang nimmt, denn der Name ist abgeleitet von dem griechischen Worte ὑστέρα für Gebärmutter. In der Tat erkranken Frauen öfter als Männer, wenngleich auch hysterische Männer nicht selten sind. Rein physische Erkrankungen dürften bei der Entstehung der Hysterie nur eine geringe Rolle spielen, so daß es jedenfalls falsch ist, irgendwelche Gebärmutterkrankheiten für sie direkt verantwortlich zu machen. Doch können solche Leiden durch die Sorgen, die sie hervorrufen, zur Hysterie indirekt hinführen. Unintelligente

Menschen werden nur sehr selten hysterisch; Dummheit scheint überhaupt ein Schutzmittel gegen funktionelle Neurosen — auch gegen Neurasthenie — zu sein, da sich dumme Menschen so leicht nicht geistig oder seelisch überanstrengen werden.

Das auffallendste Symptom der Hysterie ist die ans Unerträgliche grenzende *Launenhaftigkeit* der Kranken. Eben noch lustig und heiter können sie im nächsten Augenblick ohne jeden Grund verstimmt, melancholisch oder vielleicht auch ärgerlich und wütend sein. *Ueber irgend ein Leiden klagen sie stets*, ohne aber hypochondrisch zu sein; das heißt, sie glauben nicht, sie hätten diese oder jene Krankheit, deren Symptome sie sich etwa im Lexikon einzeln zusammensuchen, wie der Neurastheniker, sondern sie klagen über irgend eine Krankheitserscheinung, ohne Rücksicht darauf ob sie zu einem bestimmten Krankheitsbilde paßt. *Mitleid beanspruchen* sie und übertreiben deshalb ihre Beschwerden. Die Beschwerden selbst können der verschiedensten Art sein. Wir finden *Krämpfe*, die aber nie, wie bei der Epilepsie, mit Bewußtlosigkeit verbunden sind, *Lähmungen*, *Nervenschmerzen*, *Empfindungsstörungen*, *Stuhlverstopfungen* und vieles mehr. Alle diese Beschwerden sind *rein funktioneller Natur* und durchweg *plötzlich heilbar*.

Personen, welche bei den Patienten genügend Autorität besitzen, namentlich ein energischer Arzt, können den Kranken ihre Beschwerden einfach ausreden. Man nennt solche Behandlung eine Behandlung durch *Suggestion*.

Eine Suggestion ist jede ohne Begründung ausgesprochene Behauptung, mag sie nun wahr oder falsch, wahrscheinlich oder unwahrscheinlich, möglich oder unmöglich sein. Eine Suggestion

ist es, wenn ich behaupte: „Zweimal zwei ist vier", ohne diese Behauptung durch Vorführung von Beispielen zu begründen; eine Suggestion ist es auch, wenn ich sage: „Zweimal zwei ist fünf". Eine Suggestion kann auch eine Bitte oder eine Aufforderung enthalten, oder selbst eine solche sein.

Erklärt uns nun eine hysterische Dame, ihr rechter Arm sei gelähmt, überzeugen wir uns davon und sagen dann: „Ich werde jetzt mit meiner Hand fortwährend über Ihren Arm streichen; dann wird er in ganz kurzer Zeit wieder beweglich sein" — so geben wir der Dame eine Suggestion. Hysterische nehmen nun solche Suggestionen meistens an und werden dadurch geheilt.

Die Hysterie verläuft im allgemeinen in einzelnen Anfällen, die durch Zeiten scheinbar völliger oder fast völliger Gesundheit von einander getrennt sind. Die Krankheit selbst dauert jahrelang, ja manchmal sogar jahrzehntelang, bis sie sich erst in höherem Alter verliert.

VI

Hypnotismus und Hysterie

Das Wort „Hypnotismus" wurde zum ersten Male von dem englischen Arzte James Braid angewandt, und zwar in dessen 1843 erschienenen Schrift „Neurypnologie". Er hatte der öffentlichen Vorführung eines Heilmagnetiseurs *) namens Lafonteine beigewohnt und dann selbst an seiner Frau, seinem Diener und einem Freunde Experimente angestellt. Dabei fand er, daß bei diesen Personen ein eigentümlicher Schlafzustand eintrat, wenn er sie einen glänzenden Gegenstand fixieren ließ, den er ihnen in Stirnhöhe vor Augen hielt. Er nannte diesen Schlaf „Hypnose", abgeleitet von dem griechischen Worte ὕπνος = Schlaf.

Braids Arbeit fand jahrelang kaum irgendwelche Beachtung, bis sich der Pariser Arzt Liébault für den Gegenstand interessierte, dessen Schrift „Le sommeil provoqué" im Jahre 1866 Aufsehen machte. Weitere Kreise zog die Frage aber erst, als Liébault nach

*) Ueber den sogenannten „tierischen oder Heilmagnetismus" (ich nenne ihn „persönlichen Magnetismus") vergleiche meine Schrift „Persönlicher Magnetismus" (Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18, Preis 1 Mark) und die historische Studie „Franz Anton Mesmers Leben und Lehre. Nebst einer Vorgeschichte des Mesmerismus, Hypnotismus und Somnambulismus" von Carl Kiesewetter. (Verlag Ernst Fiedler in Leipzig. Preis 3 Mark.)

Nancy übergesiedelt war, wo er unter anderen den berühmten Professor Bernheim für die Sache gewann, der zuerst das Wesen des Hypnotismus richtig erkannte und auch seinen Heilwert zu schätzen verstand. Sein Lehrbuch, betitelt „Die Suggestion" erschien im Jahre 1884. Nancy schien das Zentrum für die Erforschung und Anwendung des Hypnotismus geworden zu sein.

Da begann Professor Charcot von der Salpétrière in Paris den Hypnotismus mit seiner gelehrten Aufmerksamkeit zu beehren, und so unwissenschaftlich seine Arbeitsweise auch war, — ganz abgesehen von der brutalen Behandlung, der er seine Versuchspersonen unterwarf, — er fand tausendmal mehr Beachtung als die unvergleichlich sorgfältigeren Arbeiten der Nancyer Schule. Die Gründe für diese auffallende Erscheinung wird jeder wissen, dem die verbreiteten Erbübel des ärztlichen Standes bekannt sind. Die Herren Kollegen scheuen stets vor einer Erklärung zurück, die auch der Nichtfachmann verstehen könnte, und da nach den Anschauungen der Nancyer Schule der Hypnotismus sehr wohl — wenigstens zu Erziehungszwecken, zu Zwecken momentaner Schmerzstillung und vielen ähnlichen Zwecken, nur nicht zur Heilung Kranker — auch von Laien verwandt werden kann, mußte den Herren Kollegen meist eine Anschauung sympathisch sein, derzufolge die Anwendung des Hypnotismus äußerst gefährlich wäre. Das glaubte man nicht obgleich es Bernheim und andere bald genug nachwiesen, daß die von Charcot und seiner Schule beobachteten Schäden nicht dem Hypnotismus, sondern dem brutalen Vorgehen der Herren von der Salpétrière zur Last zu legen waren.

Charcots Ansichten finden wir denn auch in vielen wissenschaftlichen Büchern wieder — leider bis auf den heutigen Tag. Nach Charcot ist die Hypnose

eine Erscheinung der Hysterie. (Bei Nichthysterischen hat er nämlich gar keine Versuche erst gemacht.) Sie äußert sich in verschiedenen Formen, von denen man die eine in die andere überführen kann, indem man am Scheitel der Versuchspersonen reibt oder ähnliche belanglose Manipulationen vornimmt.

Bernheim zeigte, daß alle von Charcot gefundenen Erscheinungen den Patienten durchweg suggeriert waren — alle von Charcot gefundenen Gesetze kann man auch umkehren; bei Personen, die von diesen Gesetzen nichts wissen, treffen sie überhaupt nicht zu.

VII

Das Wesen des Hypnotismus

Für Bernheim ist das Wesentliche an der Hypnose die Erscheinung, daß der Hypnotisierte besonders suggeribel ist. Ob der Zustand ein Schlaf ist oder nicht, darauf legt Bernheim, legen auch andere bedeutende Forscher (Forel, Kiesewetter ꝛc.) gar keinen Wert. Ich möchte aber doch nicht gern diesen Schritt Bernheims mitmachen, zumal mir die historische Pietät mit Rücksicht auf die Arbeiten Braids, Liébaults und anderer neben einigen Tatsachen zu verlangen scheint, daß wir zwischen der Suggestion im Wachen und der Suggestion im Schlafe einen Unterschied machen und nur diese als „hypnotische Suggestion" bezeichnen. Unter diesen Tatsachen sei nur die eine erwähnt, daß, wie vorher ausgeführt, Hysteriker stets in hohem Grade suggeribel sind, man kann doch aber deshalb nicht den umgekehrten Fehler machen wie Charcot und, wenn dieser in der Hypnose eine Erscheinung der Hysterie erblickte, nun die Hysterie für eine Form der Hypnose erklären.

Falsch ist es aber, die Hypnose mit Liébault für einen „künstlichen Schlaf" (sommeil provoqué) zu erklären: einmal deshalb, weil der wirklich künstlich herbeigeführte Schlaf, das heißt der durch Schlafmittel (Chloroform, Aether, Morphium, Sulfonal, Trional und andere) hervorgerufene, nur höchst selten den Schläfer suggeribel macht,

während andrerseits der gewöhnliche Mittags- oder Nachtschlaf oft genug als Erscheinungen des von Braid oder Liébault als Hypnose bezeichneten Schlafes aufweist. Hinzu kommt noch, daß der durch die zur Herbeiführung der Hypnose empfohlenen Mittel erzeugte Schlaf oft genug einen ganz anderen Charakter trägt. (Er kann nach der von mir gewählten Nomenclatur auch narkotischer Schlaf, Trance oder Somnambulismus werden.) Ich sehe deshalb in der Hypnose einfach eine (durchaus normale) Form des Schlafes, und zwar eine solche, in der der Schläfer, ohne zu erwachen, willkürlich zu handeln vermag, aber der Autorität dessen unterworfen ist, der mit ihm spricht, des sogenannten „Hypnotiseurs". Tritt Schlaf in Gegenwart des Hypnotiseurs ein, und weiß der Schläfer, daß er im Schlafe Suggestionen empfangen soll, so wird der Schlaf meistens eine Hypnose, ohne daß man das aber, wie erwähnt, mit Sicherheit voraussagen könnte. Die Mittel zur Herbeiführung sind keine Schlafmittel, sondern ermüdende Mittel. Sie sind wirkungslos, wenn der Patient nicht einschlafen will, es kann also niemand gegen seinen Willen hypnosiert werden. Auch im Schlafe nimmt der Schläfer — im Gegensatze zum Hysteriker — keine Suggestion an, gegen die er einen physischen oder sittlichen Widerwillen empfindet. Was der Schläfer tut, tut er also dem Hypnotiseur zu Gefallen; darin daß er es tun kann, während er es sonst nicht konnte, darin liegt die praktische Bedeutung der hypnotischen Suggestion. *)

*) Näheres über das Wesen des Hypnotismus findet der Leser in meiner, auch dem Nichtmediziner verständlichen, wohlfeilen Schrift „Der perfekte Hypnotiseur" (Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18, Preis 1 Mark).

VIII

Der Hypnotismus als Heilfaktor

In ungeahntem Maße hängt unser körperliches Wohlbefinden ab von unserer Gemütsstimmung, von unserer eigenen optimistischen oder pessimistischen Anschauung von unserem Zustande. Wäre dies sonst nicht bekannt gewesen, so hätte die Erfahrung, die wir bei den verschiedensten Krankheitszuständen mit der hypnotisch-suggestiven Behandlung gemacht haben, uns die Richtigkeit dieses Satzes erkennen gelehrt.

Hier ist natürlich nicht der Ort, auf die Anwendung des Hypnotismus in der Heilkunde näher einzugehen. *) Nur die allgemeine Technik soll hier besprochen werden.

Bei den meisten Menschen kann man Hypnose erzeugen. (Das heißt: nur mit ihrer Zustimmung!!) Sonst findet man sie gelegentlich zufällig während ihres Nachtschlafes oder noch öfter während des Nachmittagsschläfchens wovon man sich durch vorsichtiges Anreden des Schlafenden überzeugen kann. Antwortet der Schläfer, ohne wach zu werden, so haben wir es meist mit Hypnose zu tun. (Es könnte allerdings gelegentlich auch Som-

*) Siehe meine Schrift „Der perfekte Hypnotiseur" (Verlag Wilhelm Pilz, Berlin NO 18), sowie die anderen Hefte dieser Sammlung „Neue Probleme".

nambulismus und — sehr selten — Trance vorliegen). Ist der Schlaf tief genug, so erteilen wir die erforderlichen Suggestionen, die auch in die Zeit des Wachens hineinwirken.

Ist es nicht möglich, Schlaf herbeizuführen oder wird der Schlaf nicht tief genug, so kann man es trotzdem, wie Bernheim sehr richtig angibt, mit den Suggestionen versuchen, nur sind es dann Wachsuggestionen, die nur selten so wirksam sind wie die in der Hypnose. Eine Ausnahme von dieser Regel machen bekanntlich die Hysterischen, die stets in höchstem Grade suggeribel sind. Bei ihnen hat man also für den Hypnotismus das unbrauchbarste Versuchsfeld, eine Tatsache, an der die Arbeiten Charcots und seiner Schüler gescheitert sind.

Auch Charcots Angaben über die Gefahren der Hypnose sind gänzlich unzutreffend. Gefährlich war Charcot's brutales Umgehen mit seinen Patienten; auch benutzte er Einschüchterungs- und Schreckmittel zum Einschläfern und erweckte die Schläfer plötzlich und schreckhaft. Obendrein hatte er es mit kranken Menschen zu tun. Es wäre unter diesen Umständen garnicht verwunderich, wenn die Kranken der Selpétrière ernste Schädigungen davon getragen hätten, — was nicht einmal der Fall war — ohne daß man die Schuld daran der Hypnose zuzuschreiben berechtigt wäre. Die Hypnose ist ja Schlaf, und den Schlaf kann man doch nicht im Ernste für gefährlich erklären.

Eine andere Frage ist es, ob die Suggestion Gefahren mit sich bringen kann. Diese Frage ist unzweifelhaft zu bejahen, doch machten die Schriftsteller der Nancyer Schule, insbesondere Liégois, aber auch Bernheim, den Fehler, von Gefahren der „hypnotischen Suggestion" zu sprechen, ein Fehler, der sich aus ihrem Durcheinanderwerfen der hypnotischen und der Wach-

suggestionen erklärt. Eine Gefahr ist nämlich in Wahrheit nur die hochgradige Suggeribilität, das heißt Leichtgläubigkeit mancher Menschen (die in der Hypnose gegenüber unsympathischen Suggestionen nicht vorkommt!), die bewirkt, daß man ihnen alles Mögliche einreden kann, und daß sie sich zu Schlechtigkeiten oder Verbrechen überreden lassen. Solche Menschen schützt man aber nicht durch ein Verbot des Hypnotisierens, das man auch gar nicht durchführen kann, da man sonst jede ihr Kind in Schlaf singende Mutter zur Verantwortung ziehen müßte — man schützt sie nur, indem man sie in ihrer Kindheit schon zu selbständigem Denken anregt und anleitet, und indem man ihre Willenskraft, ihre Widerstandsfähigkeit gegen schlechte Einflüsse kräftigt und entwickelt. Auch dabei kann übrigens der Hypnotismus von großem Nutzen sein. *)

---

*) Vergleiche meine Schrift „Hypnotismus und Willenskraft", Band 5 der „Neue Probleme" (Verlag Hugo Schildberger, Berlin NW 23. Preis 50 Pf.).

IX

Die allgemeine Behandlung der Nervosität

Werfen wir nunmehr wieder unseren Blick auf die Behandlung der Nervosität.

Wir werden da zu unterscheiden haben zwischen solchen Maßnahmen, die sich auf die Krankheit in ihrer Gesamtheit beziehen, und solchen, welche die einzelnen bedrohlichen Symptome beseitigen sollen.

Der Hypnotismus wird seine Hauptaufgabe im Kampfe mit den einzelnen Symptomen zu erfüllen haben, darüber hinaus können wir dem Leidenden in der Hypnose heitere Stimmung und Hoffnung auf baldige Genesung suggerieren.

* * *

Sonst wird die allgemeine Behandlung der Neurasthenie (und ebenso auch im wesentlichen die der Hysterie) darauf gerichtet sein, die Widerstandskraft des Körpers, besonders des Nervensystems anzuregen, und außerdem tunlichst die Ursachen zu beseitigen, die die Krankheit herbeigeführt haben und womöglich noch dauernd verschlimmern. Man vermeide es — besonders bei Hysterikern — die Kranken zu verspotten und auszulachen. Hypochondrische Vorstellungen erkläre man den Kranken — nach gründlicher Untersuchung — in ruhiger, tröstender Weise für unbegründet.

Man sorge für eine gesunde, regelmäßige Lebensweise, ausreichende Ernährung, regelmäßigen Stuhlgang, sechs- bis achtstündigen Schlaf. Man entziehe dem Kranken — nicht gewaltsam! — den Alkohol, den Kaffee und Tee, verhindere ihn an übermäßigem Rauchen, halte ihm geschäftliche Aufregungen sowie anstrengende geistige Arbeiten tunlichst fern. Kurz, man sorge dafür, daß wenigstens nachher die Zustände vorliegen, die bei rechtzeitiger Durchführung den Ausbruch des Leidens verhütet hätten.

Man richte auch darauf sein Augenmerk, daß sich der Kranke öfter in frischer Luft bewegt, spazieren geht, reitet oder radelt. Auch andere körperliche Bewegungen (Hanteln) und kalte Bäder im Sommer (wenn das Herz gesund ist!) sind zuzuraten. Man vergesse aber auch nicht, daß hier, wie stets, ein Übermaß verderblich werden kann.

Bemerkt sei, daß man den Kranken durch hypnotische Suggestionen darin unterstützen kann, sich den Alkoholgenuß, übermäßiges Rauchen und ähnliches abzugewöhnen. Freilich kann auch dies natürlich nur mit seiner Zustimmung geschehen, das heißt also in solchen Fällen, wo der Kranke selbst gern die von ihm als schädlich erkannte Leidenschaft oder Angewohnheit aufgeben möchte, ohne daß seine eigene Willenskraft ihn dazu befähigt. *)

---

*) Über die Art solcher Suggestiion vergleiche mein mehrfach genanntes Schriftchen „Der perfekte Hypnotiseur" sowie die Schrift „Hypnotismus und Willenskraft" (Heft 5 der „Neuen Probleme.")

X

Die hypnotische Behandlung der Nervosität

Den Hypnotismus wenden wir in der Behandlung der Neurasthenie an, um die einzelnen bedrohlichen Symptome zu heilen. Oder richtiger gesprochen, wir sollten ihn anwenden und werden ihn wahrscheinlich von Jahr zu Jahr mehr anwenden. Dabei darf natürlich die vorher besprochene allgemeine Behandlnng in keiner Weise vernachlässigt werden, da sonst an eine dauernde Heilung nicht zu denken ist. Soviel der Hypnotismus auch zu leisten vermag, ein Allheilmittel zu sein kann er niemals beanspruchen.

Bei den Hysterikern brauchen wir den Schlaf bekanntlich garnicht; fast alle Symptome sind heilbar durch geeignete Wachsuggestionen.

Beim Neurastheniker werden wir dagegen bemüht sein, Schlaf, und zwar möglichst Tiefschlaf, herbeizuführen. Mißlingt das, so muß man es eben auch hier mit Wachsuggestionen versuchen.

Eines der störendsten Symptome der Nervosität ist, wie wir gesehen haben, die oft auftretende Schlaflosigkeit. Hier hypnotisieren wir nach allen Regeln der Kunst.*) Das gelingt allerdings bei Leuten, die an Schlaflosigkeit leiden, manchmal doppelt schwer, wenn sie zum ersten Male hypnotisiert werden sollen. Hier sind diejenigen Kranken am besten daran, die vorher schon ein- oder mehrmal hypnotisiert werden waren. Diese schlafen auf ein Wort ein, ja, man kann ihnen diese Suggestion sogar telephonisch oder brieflich geben — nebenbei bemerkt, nach meiner medizinischen Ueberzeugung

*) Vergleiche den „Perfekten Hypnotiseur".

der einzige Fall, in dem eine briefliche Behandlung gestattet ist; auch hier natürlich nur, wenn der Arzt den Patienten kennt und bereits einmal gründlich untersucht hat. Man braucht übrigens nicht etwa zu befürchten, daß der Hypnotisierte nicht wieder von allein aufwachte: er schläft seinen üblichen Schlaf bis zum nächsten Morgen und erwacht dann zur gewohnten Zeit.

Schmerzen und andere lästige Empfindungen weichen der hypnotischen Suggestion im Tiefschlaf. Die Blasenfunktion kann man regeln; Onanie (und damit deren Folgeerkrankungen) hindern, indem man zum Beispiel den ganzen Körper erstarren läßt, sobald der Versuch zur Onanie gemacht wird. Auch regelmäßigen Stuhlgang sowie guten Appetit kann man suggerieren, Brechreiz nach dem Essen verhüten,

Ebenso leicht ist es, dem Kranken in der Hypnose hypochondrische Selbstquälereien auszureden.

Die systematische Durchführung der Kur kann selbstverständlich nur Sache des gewissenhaften Arztes sein, zu wünschen aber ist es, daß auch der Leidende selbst und seiner Angehörigen für das Vorgehen des Arztes Verständnis haben und ihn in seinen Maßnahmen nach Kräften unterstützen.

Dann wird die Nervosität selbst in schweren Fällen gründlich geheilt werden können, und wenn der Kranke dann bei einer hygienischen Lebensweise verharrt, so ist es möglich, ihn seinen Angehörigen nach schweren Zeiten wieder angenehm zu machen und ihm selbst die Lust und Freude wiederzuschaffen am Leben, an der Arbeit und an seinem Beruf.

Neue Probleme

Herausgeber: **Edwin Bab**

Bisher erschienen:

Hypnotismus und Ehe Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Kunst Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Nervosität Doppelheft — Preis 1 Mark

Im Druck sind:

Hypnotismus und schmerzlose Operationen
Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Willenskraft Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und krankhafte Triebe
Doppelheft — Preis 1 Mark

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW 23, Flensburgerstraße Bogen 412

Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18

Die Welt der Wunder

von **Edwin Bab**

Band 1

Der perfekte Hypnotiseur

Dr. jur. et phil. Egbert Müller schreibt über dieses Schriftchen: „Das beste, was in nuce über Theorie und Praxis der Hypnose geschrieben worden."

Ein für Fachleute (Aerzte und Erzieher) wie Laien gleich beachtenswertes Lehrbuch der Theorie und der Praxis der Hypnose.

Band 2

Persönlicher Magnetismus

Band 3

Die Macht der Vorstellung und des Willens

(Kann man Gedanken lesen?)

Band 4

Geheimnisse der Geisterwelt

Eine von Aberglauben wie von vorurteilslosem Abweisen in gleicher Weise freie, fesselnd geschriebene Darstellung des Spiritismus.

Alle 4 Bände reich illustriert.

Jeder Band ist in sich abgeschlossen und einzeln verständlich. — Preis pro Band **1** Mark. — Zu beziehen durch jede Buchhandlung, evtl. durch

Hugo Schildberger, NW 23, Flensburgerstraße 412.

Neue Probleme
Herausgeber: Edwin Bab

5

Hypnotismus und Willenskraft

Von

Edwin Bab
cand. med.

3. Auflage

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW, Flensburgerstraße, Bogen 412

Druck von E. Grüner, Bernau.

Inhalt

Seite

1. Einleitung 5
2. Was ist Hypnotismus? 6
3. Schwächt der Hypnotismus den Willen? 11
4. Wie vermag der Hypnotismus den Willen zu stärken? . . 14
5. Spezielle Anwendungen 16
6. Schlußwort 21

Nachdruck verboten — Alle Rechte vorbehalten

Einleitung

„Stärkung der Willenskraft" ist ein Schlagwort geworden. Jeder bemüht sich, seinen Willen zu üben und zu kräftigen. Zahlreiche Broschüren wollen dazu anleiten.

Im Hypnotismus erblickt noch heute das Publikum größtenteils ein Mittel, den Willen zu schwächen und zu unterjochen. Sehr mit Unrecht. Wie ich mich bemühen will, in der vorliegenden kleinen Arbeit zu zeigen, ist der Hypnotismus vorzüglich dazu geeignet, die Menschen willensstark und selbständig zu machen.

Nicht nur in der Heilkunde, namentlich auch in der Erziehung ist der Hypnotismus berufen, eine bedeutsame Rolle zu spielen. Das kann er aber nicht, solange ihm das Vorurteil entgegensteht, der Hypnotiseur beraube den Hypnotisierten der Willensenergie. Indem dargetan wird, daß das gerade Gegenteil geschieht, daß gerade durch die Hypnose die Energie gestärkt und geübt wird, wird, so hoffe ich, dem Hypnotismus auf dem Gebiete der Erziehung Bahn gebrochen werden.

I

Was ist Hypnotismus?

Das Wort „Hypnotismus", zuerst angewandt von dem englischen Arzte James Braid ist abgeleitet von dem griechischen ὕπνος = Schlaf. Braid sah in der Hypnose eine Art Schlaf, die sich vom gewöhnlichen Schlafe dadurch unterscheidet, daß sie künstlich herbeigeführt wird. Braid führte ihn herbei, indem er die Versuchsperson einen glänzenden Gegenstand fixieren ließ.

Braid wußte nicht, daß es noch zahlreiche andere Mittel gibt, Hypnose herbeizuführen, er wußte auch nicht, daß sich alle von ihm beobachteten Erscheinungen gelegentlich auch während des „gewöhnlichen" Schlafes finden, er wußte ferner nicht, daß bei manchen Personen der durch Fixieren glänzender Gegenstände herbeigeführte Schlaf ganz anderen Charakter zeigen kann, zum Beispiel den eines tiefen, bleischweren Schlafes, aus dem der Schläfer nur mit Mühe wachgerüttelt werden kann.

Wenn wir aber alle diese Tatsachen berücksichtigen, so können wir nur sagen: Die Hypnose ist nicht eine Art Schlaf, sondern eine Form des Schlafes; — das heißt: der Schlaf kann verschiedenen Charakter haben, verschiedene Formen annehmen, von denen eine die Hypnose ist.

Es ist also auch durchaus verkehrt, von der Hypnose als von einem künstlich herbeigeführten Schlafe zu sprechen (sommeil provoqué), umso mehr, als der in Wahrheit künstlich herbeigeführte Schlaf meist gerade gar keine

Hypnose ist. Denn die Mittel, die Schlaf künstlich herbeiführen, sind die chemisch wirkenden sogenannten Schlafmittel wie Sulfonal, Trional, Veronal, Morphium oder gar Bromaethyl, Aether und Chloroform. Sie bewirken fast stets jenen „bleischweren" Schlaf, in dem der Schläfer scheinbar nichts mehr wahrnimmt von der Außenwelt. Ich habe alle derartigen Schlafformen im Gegensatz zu den hypnotischen als „narkotische" bezeichnet.

Uebrigens ist die sinnliche Wahrnehmung im Schlafe niemals aufgehoben, auch die geistige Tätigkeit ruht niemals: sie setzt sich im Schlafe in Form des „Traumes" fort, der von den Eindrücken der Außenwelt, also von sinnlichen Wahrnehmungen, stets mehr oder weniger beeinflußt ist. War der Schlaf tief genug, so weiß der Schläfer freilich beim Erwachen garnicht, daß er geträumt hat, und noch viel weniger, was er geträumt hat. Deshalb nennen wir den tiefen Schlaf — zu Unrecht — einen traumlosen. Manchmal kehrt freilich nach Stunden die Erinnerung an den Traum zurück.

Die geistige Tätigkeit im Traume ist von der im Wachen durch zwei charakteristische Zeichen unterschieden: sie ist erstens langsamer und zweitens weniger kritisch.

Im Traume folgen die Vorstellungen langsamer auf einander, sie lösen sich nicht so schnell ab wie im Wachen. Dafür wirkt jeder einzelne desto nachhaltiger ein, und so sehen wir denn im Traume alles greifbar vor Augen, was wir in Wahrheit ja nur denken, uns nur vorstellen. So besteht denn unser Traum aus einer langen Kette von Sinnestäuschungen, die übrigens nicht nur das Gesicht, sondern auch alle anderen Sinne, namentlich das Gehör, betreffen können. Dabei stammen die Vorstellungen, die uns die Sinnestäuschungen vorgaukeln, entweder aus unserem eigenen Hirn — Halluzinationen —,

oder sie sind durch Eindrücke der Außenwelt bedingt — Illusionen. Eine Illusion würde zum Beispiel vorliegen, wenn uns im Schlafe eine Mücke stechen und wir dann von einem Duelle träumen würden, in dem wir an der betreffenden Stelle durch einen Degenstich verwundet worden sind.

Ferner ist im Schlafe, wie gesagt, die Kritikfähigkeit herabgesetzt. Das zeigt sich darin, daß wir so unglaubliches und widerspruchsvolles Zeug zusammenträumen. Im Wachen würde uns unser Kritikvermögen sofort belehren, daß derlei nicht wirklich sein könne, im Traume nehmen wir es, noch dazu ohne Staunen, als Erlebnis hin.

Es ist also im Schlafe die Kritikfähigkeit herabgesetzt und die Vorstellungsfolge eine langsamere, infolgedessen jede Vorstellung von nachhaltigerer Wirkung.

Der Unterschied zwischen narkotischem und hypnotischem Schlafe ist nun der, daß der Schläfer im narkotischen Schlafe fast unbeweglich daliegt, höchstens schnarcht und unwillkürliche Bewegungen ausführt, während er im hypnotischen Schlafe willkürlich handelt, also zum Beispiel aus dem Schlafe spricht, gestikuliert oder gar im Zimmer herumwandert.

Die Erklärung für diesen Unterschied haben wir wohl darin zu suchen, daß im hypnotischen Schlafe andere Teile des Großhirnes ruhen als im narkotischen.

Es gibt nun auch wieder verschiedene Formen des hypnotischen Schlafes, von denen ich drei unterscheide: Die eigentliche Hypnose, den Somnambulismus und den Trance. Im Trance, der hauptsächlich bei sogenannten spiritistischen „Medien“*)

*) Vergleiche meine Schrift „Geheimnisse der Geisterwelt“, Verlag von W. Pilz, Berlin NO 18, Landsberger Str. 108 (Preis 1 Mark).

vorkommt, verliert der Schläfer sein Ich, er hält sich für jemanden anders, meist für den Geist eines Verstorbenen. Im Somnambulismus und in der Hypnose ist das nicht der Fall. Da weiß der Schläfer, wer er ist. Der Unterschied zwischen diesen beiden Schlafformen ist der, daß im Somnambulismus der Schläfer selbständig handelt, ohne sich viel um das zu kümmern, was man ihm sagt, während er in der Hypnose dem Einflusse dessen unterworfen ist, der mit ihm spricht. Dieser ist der Hypnotiseur, gleichgültig, ob er selbst den Schlaf herbeigeführt hat, ob dies ein anderer tat, oder ob der Schläfer ganz von selbst in seinem Bette eingeschlafen ist.

Dieser Einfluß ist aber niemals ein absoluter. Während es an und für sich wohl denkbar ist, daß ein willensstarker Mensch die ihm aus seiner Willensstärke erwachsende Macht mißbraucht, um sich Schwächere zu unterjochen, zu seinen Werkzeugen zu machen, ist das mit Hilfe der Hypnose nicht möglich. Die Herabsetzung der Kritikfähigkeit in der Hypnose geht niemals so weit, daß der Schläfer Dinge täte, die ihm physisch oder sittlich widerwärtig sind. Zu solchen Handlungen kann man einen Menschen durch Versprechungen und Drohungen veranlassen, auch in der Hypnose, aber nicht durch die Hypnose. Die Hypnose ist dann unschuldig daran: sonst könnte man auch sagen, ein Mensch, der in der Hypnose ermordet wurde, sei infolge der Hypnose gestorben.

Die Tatsachen, daß der Schläfer in der Hypnose weniger kritikfähig ist als im Wachen, und daß der Hypnotiseur ihm gegenüber über eine erhöhte Autorität verfügt, bewirken, daß die Hypnose der Zustand ist, in dem sich am erfolgreichsten Suggestionen erteilen lassen; die Tatsache, daß die Vorstellungen des Schläfers

nachhaltiger sind als im Wachen, macht die Suggestionen besonders wirksam.

Eine Suggestion ist eine ohne Begründung ausgesprochene Behauptung. Eine Suggestion kann wahr oder unwahr, wahrscheinlich oder unwahrscheinlich sein. Solche Behauptung wird umso eher geglaubt werden, oder, wie man auch sagt, die Suggestion wird um so eher angenommen werden, je leichtgläubiger der ist, dem man sie gibt, je mehr Autorität derjenige besitzt, der sie gibt, und je wahrscheinlicher sie ist. Die beiden erstgenannten Momente treffen gleichzeitig, wie wir gesehen haben, in der Hypnose zu.

Eine Suggestion kann auch (indirekt) einen Befehl, eine Bitte oder eine Aufforderung enthalten. Das ist der Fall, wenn ich zum Beispiel zu jemandem sage: „Sie werden jetzt vom Stuhle aufstehen." Oder: „Ich weiß, daß Sie jetzt das Zimmer verlassen werden." Wird eine derartige Suggestion angenommen, so wird natürlich der in ihr enthaltene Befehl auch ausgeführt.

Von Bedeutung ist es, daß eine in der Hypnose gegebene Suggestion auch für die Zeit nach dem Erwachen Geltung behält. Allerdings kann man nicht eigentlich davon sprechen, daß die suggerierte Handlung im wachen Zustande ausgeführt werde, da eigentlich während der Ausführung ein Schlaf mit offenen Augen besteht, den ich als „post hypnotischen Zustand" bezeichne.*)

*) Vergleiche meine Schrift „Der perfekte Hypnotiseur", Verlag von Wilh. Pilz, Berlin NO 18, Landsberger Str. 108, (Preis 1 Mark).

II

Schwächt der Hypnotismus den Willen?

Wie oft habe ich gehört, daß Leuten davon abgeredet wurde, sich hypnotisieren zu lassen! Abgesehen von anderen Gefahren, die auch nicht existieren*), wurde immer befürchtet, die Willenskraft der Hypnotisierten könnte geschwächt werden. Wäre diese Furcht begründet, so dürfte man natürlich nicht daran denken, die Hypnose zur Stärkung der Willenskraft zu verwenden. Allerdings bilden sich die betreffenden Leute ein, was der Hypnotisierte an Willenskraft verliere, das komme dem Hypnotiseur zu Gute.. Wer seine Willenskraft stärken wolle, müsse also Hypnotiseur werden. Ein solches Vorgehen wäre aber unsittlich und gemeingefährlich, wäre ein Diebstahl an Willenskraft, die sich der Hypnotiseur auf Kosten eines anderen aneignen würde.

Zum Glück liegen jedoch die Verhältnisse in Wahrheit ganz anders. Der Hypnotisierte verliert durchaus nichts von seiner Willenskraft.

So kann zum Beispiel schon niemand gegen seinen Willen hypnotisiert, das heißt eingeschläfert werden. Vielmehr können viele Menschen überhaupt nicht einschlafen, wenn sie es zu ungewohnter Zeit, in ungewohnter Umgebung oder im Beisein Fremder versuchen. Ihre eigene Willenskraft reicht dazu nicht aus, und

*) Über die angeblichen Gefahren der Hypnose siehe meine schon genannte Schrift „Der perfekte Hypnotiseur".

der Hypnotiseur muß schon beim Einschläfern die Willenskraft dessen, der einschlafen soll, üben und anregen. Manchmal gelingt das bekanntlich überhaupt nicht, manchmal erst nach langen und oft wiederholten Bemühungen. Ist es erst einmal gelungen, so gelingt es freilich in Zukunft spielend leicht. Jedenfalls ist es ein Grundirrtum, anzunehmen, willensschwache Menschen schliefen leichter ein als energische. Das gerade Gegenteil ist die Wahrheit.

Nun gibt es Menschen, die sich gern hypnotisieren lassen und sich fast regelmäßig zur Verfügung stellen, wenn irgendwo, sei es im größeren oder kleineren Kreise, hypnotische Versuche gemacht werden sollen. Es ist deshalb schon allen Ernstes die Behauptung ausgesprochen worden, öfter hypnotisierte Personen litten infolge dieser Hypnose an einer „Hypnosesucht", die mit der Morphiumsucht oder dem Alkoholismus auf eine Stufe gestellt wurde.

Eine derartige Behauptung ist natürlich schon deshalb falsch, weil es keinen Menschen gibt, dessen Schlaf nicht oftmals den Charakter der Hypnose trüge. Demnach müßte auch jeder Mensch, ohne „hypnotisiert" worden zu sein, von „Hypnosesucht" befallen werden. Aber auch abgesehen davon, läßt sich leicht zeigen, daß die angeblich Hypnosesüchtigen nichts anderes wollen, als öffentlich beachtet werden. Sie sind nicht mit Morphinisten zu vergleichen, wohl aber mit solchen Menschen, die keine Versammlung, keinen Verein, keinen Vortragsabend besuchen können, ohne in der Diskussion zu sprechen. Natürlich ist das eine häßliche Angewohnheit, aber keine Willensschwäche. Auch ist die hypnotische Suggestion selbst das geeignetste Mittel, die Hypnosesüchtigen von ihrer Angewohnheit, wenn es notwendig werden sollte, zu befreien.

Man hat auch in der schon erwähnten Erscheinung, daß ein Mensch, der bereits hypnotisiert war, später durch

ein einziges Wort eingeschläfert werden kann, ein Zeichen für die angebliche „Schwächung des Willens" durch die Hypnose erblickt. Gleichfalls mit Unrecht. Denn wenn der Betreffende aus irgend welchem Grunde einmal nicht schlafen *will*, dann mag er noch so oft vorher eingeschläfert worden sein, es gibt keine Möglichkeit, ihn in Schlaf zu versetzen: er *kann* nur mit Leichtigkeit einschlafen, *wenn er es will*. Und das kann man sicherlich nicht als eine Schwächung, weit eher als eine Übung der Willenskraft bezeichnen.

Schließlich wird noch geglaubt und gesagt, der Schläfer sei willenloses Werkzeug in den Händen des Hypnotiseurs. Wir haben schon gesehen, daß das nicht zutrifft. Nur sympathische oder gleichgiltige Suggestionen werden angenommen. *Der Schläfer tut alles, was er tut, dem Hypnotiseur zu Gefallen.* Das Bemerkenswerte ist aber, daß er es tun *kann*. Und das erklärt sich eben daraus, daß jede Vorstellung vom Schläfer so nachhaltig durchdacht wird. Das ist aber eine Erscheinung starker Energie.

Von einer Schwächung des Willens durch die Hypnose kann also in keinem Sinne die Rede sein.

III

Wie vermag der Hypnotismus den Willen zu stärken?

Meistenteils glaubt man, die Tätigkeit des Hypnotiseurs übe und kräftige dessen Willen. Gerade das trifft aber nur in geringem Grade zu. Zum Einschläfern kann der Hypnotiseur nichts anderes tun als ermüden und langweilen. Die Suggestionen sind im Tone der Überzeugung zu sprechen; dabei braucht der Hypnotiseur von dem, was er sagt, selbst garnicht überzeugt zu sein, nur darf er den Schläfer das nicht merken lassen. Er kann die Willenskraft des Schläfers anregen — seine eigene zu betätigen, bietet sich ihm wenig Gelegenheit. Es ist also Unsinn, zu behaupten, es könne jemand dadurch, daß er hypnotisieren lernt, Einfluß und Macht gewinnen und was derlei Anpreisungen mehr sind. Er kann Schmerzen lindern, manche krankhafte Störung beseitigen, seine Angehörigen und Freunde von lästigen Angewohnheiten befreien und überhaupt unzähliges Gute stiften, er kann aber im allgemeinen nur anderen und nicht sich selbst von Nutzen sein.

Auch die Willenskraft des Schläfers vermag er anzuregen und zu üben.

Dazu bedarf es einer ganz bestimmten Aufgabe, an der sich die Willenskraft des Schläfers betätigen soll. Daneben aber muß man dem Schläfer vor allen Dingen Selbstvertrauen suggerieren, man muß ihm die

Ueberzeugung beibringen, daß er imstande sei, das zu leisten, was er will.

In der Praxis wird es sich meist um erzieherische Zwecke handeln, wenn wir bemüht sind, die Willenskraft eines Menschen durch hypnotische Suggestionen zu kräftigen. Freilich kommt auch in der Heilkunde ein ähnliches Prinzip in Anwendung, wenn wir eine Lähmung heilen wollen oder eine Sprachstörung. In der Hauptsache aber brauchen wir doch die hypnotische Stärkung der Willenskraft in der Erziehung. Freilich nicht nur bei Kindern. Auch Erwachsene wollen von lästigen Angewohnheiten befreit werden oder zu erhöhten Leistungen befähigt werden. Alles das leistet die Hypnose. Voraussetzung natürlich ist, daß sie herbeigeführt werden kann und tief genug ist. Und dies ist leider allzu oft nicht der Fall.

IV

Spezielle Anwendungen

Schüchternheit, Befangenheit im Gespräch mit Fremden, leichtes Erröten. Der Schläfer ist im Tiefschlaf (illusorisch) in allen möglichen Gesellschaften herumzuführen, man gibt sich selbst iür die verschiedensten fremden Menschen aus, namentlich auch Respektspersonen, und suggeriert dabei stets Unbefangenheit, Fortbleiben des Errötens. Man kann auch einen Dritten die Rolle des oder der Fremden spielen lassen. Beim Erwecken*) gibt man Postsuggestionen dahingehend, daß auch in wirklichen Gesellschaften oder bei ernsthaften Unterredungen Schüchternheit, Befangenheit und Erröten fortbleiben. Die Sitzung ist etwa fünfmal zu wiederholen. Dann wartet man ab, wie die Probe ausfällt, und nimmt dann, nach Bedarf, noch einige Sitzungen vor. Bald ist die Willenskraft des Patienten so weit angeregt, daß er dann aus Eigenem über sein Verhalten Herr zu bleiben vermag.

Lampenfieber. Das Lampenfieber, zu dem übrigens auch die Examensangst und manche ähnliche Erscheinung gerechnet werden muß, ist an und für sich selten heilbar. Meist taucht es bei dazu veranlagten Personen immer wieder auf, wird sogar meist schlimmer von Fall zu Fall. Es kommt nun darauf an, daß der

*) Siehe das diesbezügliche Kapitel meiner Schrift: „Der perfekte Hypnotiseur".

am Lampenfieber Leidende kurz entschlossen zu reden anfängt. Dann verspürt er zwar sein Lampenfieber in gleicher Weise, aber die anderen merken es nicht; das heißt mit anderen Worten: seine Leistung wird nicht durch das Leiden beeinträchtigt, was sonst leicht geschehen kann. Wo nun die Willenskraft nicht ausreicht, um über das Lampenfieber fort zu kommen, da stärkt man sie durch hypnotische Suggestion. Dem Schläfer wird im Tiefschlafe suggeriert, er stünde vor einem großen Publikum und werde völlig sicher und unbeirrt zu sprechen beginnen. So läßt man ihn in den verschiedensten (in Wirklichkeit natürlich garnicht vorhandenen) Gesellschaften sprechen. Nach wenigen derartigen Sitzungen ist der Schläfer befähigt, allein über sein Lampenfieber fortzukommen. *)

Spielleidenschaft. Wer von der Spielleidenschaft durch hypnotische Suggestion befreit werden will, da seine eigene Willenskraft zunächst nicht ausreicht, um über sie Herr zu werden (man kann durch die Hypnose niemanden gegen seinen Willen von einer Leidenschaft befreien!), dem suggeriert man, daß ihm übel werden würde, wenn er Karten erfaßt, oder daß sie in seiner Hand brennen würden. Die Leidenschaft wird bald verschwunden sein.

Uebermäßiges Rauchen. Man läßt für den Schläfer erst einige Stunden, dann tagelang jeden Tabaksrauch nach Ammoniak (sogenanntem „Salmiakgeist") „duften". Bald hat das Bedürfnis zu rauchen aufgehört.

Morphinismus. Man läßt durch entsprechende Suggestionen das Bedürfnis nach dem Gifte immer geringer werden, gibt immer dünnere Lösungen und nach

*) Ueber das Lampenfieber vergleiche auch meine Schrift „Wie werde ich Redner?", Verlag von H. Rau, Berlin NW 5, Birkenstr. 76 (Preis 1 Mark).

etwa vierwöchentlicher Kur, während der täglich eine Sitzung vorzunehmen ist, braucht der Kranke das Morphium kaum noch. Besteht noch das schmerzhafte Leiden, das den Kranken veranlaßte, zur Spritze zu greifen, so ist selbstverständlich auf dessen Heilung der größte Wert zu legen.

Alkoholismus. Man suggeriert eine Illusion derart, daß dem Trinker jedes alkoholische Getränk (Bier, Wein, Schnaps, Weißbier, Kognak, Obstwein) wie Essig oder wie Rhicinusöl oder sonst irgendwie unangenehm und widrig schmecken soll.

Onanie. Man suggeriert Steifheit (Katalepsie) des ganzen Körpers für den Fall, daß der Schläfer seine Geschlechtsteile berührt, während er im Bette liegt. Am Tage läßt man ihn bei jedem Versuche zur Onanie plötzliche heftige Kopf- oder Zahnschmerzen verspüren. — Uebrigens ängstige man niemals jemanden mit einer schrecklichen Darstellung der (meist übertriebenen) Folgen der Onanie, und verhüte es auch, daß der junge Mensch etwa zu masturbieren aufhört, um dafür zu einer Dirne zu laufen, wo er sich dann mit einer lebensgefährlichen, schwer heilbaren Krankheit (Gonorrhoe oder Syphilis) ansteckt und womöglich sein eigenes Lebensglück, das seiner künftigen Gattin und das seiner noch ungeborenen Kinder vernichtet. *)

Perversionen und Perversitäten. (Gleichgeschlechtliche Liebe, Liebe zu Kindern oder Greisen, Sadismus, Masochismus, Fetischismus, Nekrolagnie, Koprolagnie, Pygmalionismus, Exhibitionismus.) Derartige Erscheinungen sind eingeboren

*) Näheres hierüber findet der Leser in meiner, zur Sammlung „Neue Probleme" gehörenden Schrift über „Hypnotismus und krankhafte Triebe" (Preis 1 Mark).

und in der innersten Natur des Menschen begründet. Die Willenskraft vermag aber, sie an ihrer Betätigung zu hindern, und dazu angeleitet werden kann sie durch entsprechende Suggestionen in der Hypnose. *)

Bettnässen der Kinder. Man sorgt dafür, daß das an Bettnässen leidende Kind den Harn vor dem Schlafengehen entleert. Darauf läßt man es einschlafen und paßt einen Augenblick ab, wo der Schlaf hypnotischen Charakter zeigt. Dann spricht man das Kind an und suggeriert ihm, daß es bis zum Erwachen am Morgen keinen Harndrang empfinden werde. Sollte dies dennoch der Fall sein, so werde es auf der Stelle wach werden, aufstehen, den Urin in das Nachtgeschirr entleeren, sich dann wieder hinlegen und ruhig weiterschlafen. Man lasse das Kind übrigens stets vom Spezialarzte auf das etwaige Vorhandensein organischer Krankheiten der Blase oder der Harnwege untersuchen und solche Krankheiten gründlich behandeln.

Naschhaftigkeit. Man läßt (durch eine suggerierte Geschmacksillusion) alle genaschten Speisen unerträglich bitter schmecken.

Stehlsucht. Man läßt die gestohlenen Gegenstände oder das gestohlene Geld in der Hand wie Feuer brennen. Auch kann man den zum Stehlen ausgestreckten Arm steif werden lassen wie ein Brett.

Lügenhaftigkeit. Man suggeriert dem Kinde, es werde nach jeder Lüge den rechten Arm hochheben und solange ausgestreckt hochhalten müssen, bis es die Lüge widerrufen habe.

---

*) Vergleiche meine im gleichen Verlage wie die vorliegende erschienenen Schriften: „Die Gleichgeschlechtliche Liebe“ (Preis 2 Mark, geb. 3 Mark) und „Hypnotismus und krankhafte Triebe“.

Nägelkauen und Daumenlutschen. Man läßt den anderen Arm steif werden, bis der Finger wieder vom Munde entfernt ist.

Unzureichende körperliche oder geistige Leistungen. Es ist leichter in der Hypnose als im Wachen jemanden für systematische körperliche und geistige Arbeiten zu gewinnen, seine Willenskraft darauf zu richten und ihm so Ausdauer zu verleihen. Darin liegt auch die Bedeutung des Hypnotismus für den Sport. Zu geistigen Arbeiten (Schulaufsätzen und Ähnlichem) suggeriert man Selbstvertrauen.

V

Schlusswort

Welche Bedeutung der Hypnotismus für die Stärkung der Willenskraft und dadurch für erzieherische Zwecke der verschiedensten Art besitzt, dürfte die vorangehende Uebersicht aufs deutlichste dargetan haben. Hinzu kommt noch, daß Kinder leicht einzuschläfern sind und auch meist tief einschlafen. Uebrigens genügt manchmal auch ein oberflächlicher Schlaf, nämlich stets dann, wenn keine Sinnestäuschung herbeigeführt zu werden braucht, wenn wir zum Beispiel also nur einen Arm steif machen wollen.

Da von einer Schwächung oder Hemmung des Willens nicht gesprochen werden kann, so wäre es demnach dringend zu wünschen, daß die Anwendung des Hypnotismus in der Erziehung eine verbreitetere, ja in absehbarer Zeit eine allgemeine würde.

Neue Probleme

Herausgeber: **Edwin Bab**

Bisher erschienen:

Hypnotismus und Ehe Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Kunst Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Nervosität Doppelheft — Preis 1 Mark

Im Druck sind:

Hypnotismus und schmerzlose Operationen
Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und Willenskraft Preis 50 Pfg.

Hypnotismus und krankhafte Triebe
Doppelheft — Preis 1 Mark

Hugo Schildberger Verlag
Berlin NW 23, Flensburgerstraße Bogen 412

Verlag von Wilhelm Pilz, Berlin NO 18

Die Welt der Wunder

von **Edwin Bab**

Band 1

Der perfekte Hypnotiseur

Dr. jur. et phil. Egbert Müller schreibt über dieses Schriftchen: „Das beste, was in nuce über Theorie und Praxis der Hypnose geschrieben worden."

Ein für Fachleute (Aerzte und Erzieher) wie Laien gleich beachtenswertes Lehrbuch der Theorie und der Praxis der Hypnose.

Band 2

Persönlicher Magnetismus

Band 3

Die Macht der Vorstellung und des Willens

(Kann man Gedanken lesen?)

Band 4

Geheimnisse der Geisterwelt

Eine von Aberglauben wie von vorurteilslosem Abweisen in gleicher Weise freie, fesselnd geschriebene Darstellung des Spiritismus.

Alle 4 Bände reich illustriert.

Jeder Band ist in sich abgeschlossen und einzeln verständlich. — Preis pro Band **1** Mark. — Zu beziehen durch jede Buchhandlung, evtl. durch

Hugo Schildberger, NW 23, Flensburgerstraße 412.

William Sachs

Die Heilgymnastik im Hause

Für beide Geschlechter und jedes Alter

Mit 30 Illustrationen

Preis 1 Mark

„Bedeutende Männer aus Vergangenheit und Gegenwart"

betitelt sich eine Reihe von Biographien, die zu dem wohlfeilen Preise von **50 Pfg.** für das gut ausgestattete Heft erscheint. Von bewährten, autoritären Kräften wird in dieser Sammlung Leben und Wirken der hervorragendsten Geister, der größten Künstler, Dichter und Denker aller Völker und Zeiten dargestellt, der Einfluß geschildert, den sie auf das Kulturleben ausgeübt haben und noch ausüben.

Richard Wagner von Dr. August Reißmann

Gerhart Hauptmann (Doppelheft) von Max Kirstein

Friedrich Nietzsche von Dr. Alfred Barth

Beethoven von Dr. August Reißmann

Heinrich Schliemann von Prof. Dr. D. Joseph

Ferd. Lassalle von Dr. Adolf Kohut

Charles Darwin von David Haek

Henrik Ibsen von Dr. Kurt Walter Goldschmidt

Nik. Lenau von Dr. Adolf Kohut

Franz Stuck von Hans Vollmer

Voltaire von Dr. Julius Reiner

Jean Jacqus Rousseau von Dr. Julius Reiner

Diese Sammlung kann jedem bestens empfohlen werden, der sich über das Kunst- und Geistesleben der Gegenwart sowie der Vergangenheit ohne großen Zeit- und Geldaufwand ausreichend informieren will.

Zu beziehen durch jede Buchhandlung sowie durch **Hugo Schildberger Verlag, Berlin NW 23, Flensburger Straße, Bogen 412.**

G.E.STECHERT
& Co.
NEW YORK

UNIVERSITY OF ILLINOIS-URBANA
3 0112 102112791